



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAK ÇİÇEĞİ DOLMASI (ANTALYA)

Malzemeler:

30 adet kabak çiçeği

pirinç

6 soğan

2 domates

fesleğen

karabiber

zeytinyağı

nane

şeker

limon

tuz

Hazırlanışı:

Kabak çiçeklerinin ortaları çıkarılarak kopartılır ve yıkanarak süzülür. Kızgın zeytinyağında sırasıyla soğanlar, rendelenmiş domates ve şeker kavrulur. Pirinç, tuz, karabiber, fesleğen ve nane karıştırılarak soğumaya bırakılır. Harç, çiçeklerin içine doldurularak çiçeklerin uç yapraklarıyla kapatılır ve yağlı bir tencereye dizilir. 1 çay bardağı su ilave edilen tencere orta ateşte pişirilir. Dolmalar suyunu çektiğinde 1'er çay bardağı sıcak su ilave edilir. Pişince üzerine limon suyu gezdirilerek servis yapılır.