



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

---

## KABAK ÇİÇEĞİ DOLMASI

Kullanılacak malzeme (4 kişi için).

Tamamen kapalı ve iri olanlarından 20 tane kabak çiçeği,

bir dilim bayat ekmek,

3 çorba kaşığı süt,

zeytinyağına yatırılmış 8 ançüez filetosu

1 tatlı kaşığı merzengüş,

3 çorba kaşığı un,

1 bardak zeytinyağı

yeteri kadar tuz,

1/2 demet maydanoz.

Yapımı: Bayat ekmek için sütle ıslatarak bir porselen kâsenin içine ufalayın. Yıkamış ve kıyılmış olan maydanozla havanda ezilmiş ançüez filetolarını, merzengüşü ve bir tutam tuzu da kâsedekilere katarak hepsini birbirine iyice yedirin. Dolmanın harcı hazırlandıktan sonra kabak çiçeklerini temizleyin ve saplarını birer santim bırakarak kesin. Sonra çiçeklerin üst kısımlarını aralayarak hazırladığınız harçtan içlerine doldurun ve elinizle çiçeklerin ağzını örtüp bunları una bulayın.

Dolmalar hazırlandıktan sonra kızgın zeytinyağında kızartarak servis tabağına dizin ve sıcak sıcak servis yapın.