



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK ÇİÇEĞİ DOLMASI

20 adet kabak çiçeği
2 adet kuru soğan
3-4 diş sarımsak
1 pirinç
5 su bardağı çamfıstığı
3 çorba kaşığı kuşüzümü
3 çorba kaşığı nane
1 tatlı kaşığı tozşeker
1 tatlı kaşığı zeytinyağı
1 kahve fincanı Tuz
1 tutam karabiber

Pirinçleri bir kâsede ıslatıp 20 dakika bekletin. Yıkayıp süzün. Soğanları soyup incecik doğrayın. Sarımsakları kıyın. Soğanı 2 çorba kaşığı zeytinyağında tuz ve şeker ilave ederek hafifçe yumuşayana kadar soteleyin. Soğan, sarımsak, fıstık, ayıklanmış kuş üzümü, tuz ve baharatı pirince ekleyip karıştırın. Kabak çiçeklerinin ağzını parmağınızla açıp iç malzemeyi çay kaşığı ile doldurun ve uçlarını kapatıp ağız kısmı yukarı gelecek şekilde tencereye yan yana dizin. Dolmaların yarısına gelecek kadar su ekleyip üzerine 1-2 çorba kaşığı zeytinyağı gezdirin ve kapağı kapalı olarak kısık ateşte pişmeye bırakın. 20 dakika kadar pişirip ocağı kapatın. En az 1 saat dinlendirip ılık ya da oda sıcaklığında servis yapın.



Fotoğraf "anne eli" tarafından gönderildi. 30.06.2018