



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇİÇEK DOLMA

30-35 ad. kabak çiçeği
300 gr. koyun kıyması
1 soğan
3 domates
yarım demet maydanoz
yarım su bardağı pirinç
4 çorba kaşığı margarin
1 tatlı kaşığı domates salçası
1 çay kaşığı karabiber
1 çay bardağı su
Tuz

Kabak çiçeklerini yırtmadan temizce yıkayalım. Uygun bir kaba kıymayı, doğranmış soğanları, rendelenmiş domatesleri, yıkanmış pirinci, 1 çay bardağı suyu, 1 kaşık margarini, tuzu ve ince kıyılmış maydanozu koyup, hepsini birlikte karıştıralım. Ayrı bir tencerede kalan yağı eritip, salçayı katarak ezelim. Hazırladığımız harcı kabak çiçeklerinin içine doldurup, çiçeğin yapraklarını içe doğru kapatalım. Yağ ile birlikte hazırladığımız salçalı tencereye dizelim. Üzerini bir tabak ile örterek dolmaların seviyesine kadar su ilave edip hafif ateşte pişirelim.

[ML® Kabak Gondolu için tıklayın](#)

