



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAK GÜLÜ DOLMASI (NEVŞEHİR)

Yaşar Pala

Kabak çiçeği
İç harcı için:
2 çorba kasesi bulgur
2 kuru soğan
Biraz sıvıyağ
1 diş sarımsak
Karabiber
Toz biber
Pul biber
Tuz
Kimyon
Pişirirken iki su bardağı su
Salçalı sos

Kabak çiçeklerinin dikenleri ayıklanıp güzelce yıkanır.
Onlar suyunu süzürken soğan küçük küçük doğranıp tencerede biraz çevrilir.
Sonra bulgur, salça, baharatlar ve sarımsak eklenip az daha çevrilip iç harcın biraz yumuşaması sağlanır.
Ardından çay kaşığı yardımıyla harç çiçeğe doldurulur.
Çiçekler tencereye dizilir, üzerlerine iki bardak su ve salçalı sos dökülerek pişirilir.
Sarımsaklı yoğurtla servis edilebilir.

