



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI KABAK ÇİÇEĞİ DOLMASI

12 adet kabak çiçeği dolması
1 çay bardağı ıslatılmış pirinç
5 çorba kaşığı pilavlık bulgur
2 adet kuru soğan
1 çay bardağı zeytinyağı
Tuz, karabiber

Bir tencerede ince doğranmış soğanları zeytinyağıyla karamelize olacak şekilde pişiriyoruz. Islatılmış pirinç ve bulguru süzdürüp, içine ekliyoruz ve kapağı kapalı olarak 20 dakika pişiriyoruz. Soğuduktan sonra kabak çiçeklerini doldurup az su, az zeytinyağıyla 8 dakika kadar haşlayıp servise ılık sunuyoruz.
