



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI KABAKÇİÇEĞİ DOLMASI (MUĞLA)

15-20 adet kabak çiçeği
200 gr kadar asma yaprağı
3 adet orta boy soğan
1 su bardağı pirinç
1/2 su bardağı zeytinyağı
1/2 tatlı kaşığı tarçın
1 tatlı kaşığı şeker
1 yemek kaşığı çam fıstığı
1 yemek kaşığı kuş üzümü
1 tatlı kaşığı karabiber
1 yemek kaşığı kuru nane
Tuz
Kaynamış su

Kaynayan tuzlu suda asma yapraklarını renkleri dönene kadar haşlayın. Kevgire çıkarın. Kabak çiçeklerini suyun altında yırtmamaya özen göstererek yıkayın. Yemeklik doğradığınız soğanları ve fıstıkları zeytinyağında pişirin. Pirinçleri iyice yıkayın ve soğanlara ekleyin. 2-3 dakika kadar daha kavurun. Karışıma baharatları ekleyin. 1 çay bardağı kadar sıcak suyu ekleyip altını kısın ve suyu çekene kadar pişirin. Pirinçli iç harç ılındıktan sonra, asma yapraklarının içine 1 tatlı kaşığı harçdan koyup sigara böreği gibi sarın. Tencerenin dibine asma yaprakları dizin ve sardığınız dolmaları sıralayın. Kabak çiçeklerinin içlerini 1 tatlı kaşığı harçla doldurup dolmaların üzerlerine dizin. Çiçeklerin ağız kısımlarında 1 parmak boşluk bırakacak şekilde doldurun. Tüm yapraklar bitince üzerine 1 su bardağı kadar sıcak su ekleyin. Sarmaların üzerine, bir tabağı ters çevirerek kapatın. Kısık ateşte dolmalar yumuşayana kadar pişirin. Soğuduktan sonra limonla servis yapın.