

Börülceli Kabak Mücveri

Toplam 28 dk

Hazırlama 6 dk · Pişirme 12 dk

4 kişilik

Kolay

~176 kcal

Açılış 6/10

Muğla börülceli kabak mücveri, rendelenmiş kabağın taze börülceyle tavada pişirerek hafif, diri ve yazlık bir Ege tabağıdır.

Malzemeler

- 3 adet Kabak
- 1 su bardağı Haşlanmış börülce
- 3 yemek kaşığı Un
- 0.3 demet Dereotu
- 2 yemek kaşığı Zeytinyağı

Yapılışı

- Kabakları rendeleyip fazla suyunu sıkın. Dereotunu ince kıyın.
- Haşlanmış börülceyi kabak, un ve dereotuyla karıştırın.
- Zeytinyağında tavada orta ateşte 15-20 dk pişirin.
- Harçtan tavaya kaşıkla şekillendirip her yüzü 3-4 dakika pişirin.
- Mücverleri 110°C'de servis edin.

PÜF NOKTASI

Kabağın suyunu iyi sıkın. Mücverin dağılmasını önler.

SERVIS ÖNERİSİ

Yanına yoğurtlu dip koyup mücverleri 110°C'de servis edin.

Alerjenler

Gluten