

İzmir Kabak Çiçeği Dolması

Toplam 55 dk

Hazırlama 30 dk · Pişirme 25 dk

6 kişilik

Orta

~138 kcal

Açılış 13/10

İzmir kabak çiçeği dolması, narin çiçekleri pirinçli içle doldurarak Ege mutfağının hafif, zarif ve yazın en özel tabaklarından birini kurar.

Malzemeler

- 18 adet Kabak çiçeği
- 1 su bardağı Pirinç
- 1 adet Kuru soğan
- 3 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 0.3 demet Dereotu

Yapılışı

1. İç harcına soğan, pirinç ve dereotuyla hazırlayın.
2. Çiçekleri dikkatle doldurup ağızlarını kapatın.
3. Dolmaları taze suyla 20 dakika pişirip dinlendirerek servis edin.

PÜF NOKTASI

Çiçekleri çok sık doldurmamak pişerken açılmadık yumuşak kalmalarını sağlar.

SERVIS ÖNERİSİ

Ilık servis edin, üstüne limon sıkıp yanında yoğurt sunun.