

Muğla Kabak Çiçeği Dolması

Toplam 50 dk

Hazırlama 25 dk · Pişirme 25 dk

6 kişilik

Orta

~190 kcal

Açılış 5/10

Kabak çiçeği dolması için çiçekleri soğan, pirinç, çam fıstığı, kuş üzümü, dereotunu ve zeytinyağı ile doldurur.

Malzemeler

- 24 adet Kabak çiçeği
- 1 su bardağı Pirinç
- 1 adet Soğan
- 2 yemek kaşığı Çam fıstığı
- 2 yemek kaşığı Kuş üzümü
- 0.5 demet Dereotunu
- 0.5 su bardağı Zeytinyağı
- 0.3 çay kaşığı Tarçın
- 2 yemek kaşığı Limon suyu

Yapılışı

1. Kabak çiçeklerinin iç tohum kısmını nazikçe çıkarın.
2. Soğan ve çam fıstığını zeytinyağında 4 dakika kavurun.
3. Pirinci ekleyip 3 dakika çevirin, kuş üzümü ve baharatları katın.
4. 0.75 su bardağı sıcak su ekleyip iç harcını 10 dakika yarı pişirin.
5. Dereotunu ekleyip harcını 11 t1n.
6. Çiçekleri gevşek doldurun ve uçları kapatın.
7. Dolmaları 1 kısık ateşte 20 dakika pişirin.
8. Tencerede 10 dakika soğutup limonla servis edin.

PÜF NOKTASI

Çiçekleri sabah serinliğinde doldurmak yaprakları yırtılmamasını sağlar.

SERVİS ÖNERİSİ

Limon dilimi ve sarımsaklı yoğurtla soğuk ya da ılık servis edin.

Alerjenler

Kuruyemiş

