

Kabak Dolmasi, czyli faszerowana cukinia

Kabak Dolmasi – Orientalna Uczta z Faszerowanej Cukinii

Kabak Dolmasi to turecka perełka kulinarna, która zachwyca harmonią smaków i aromatów. Soczyste cukinie wypełnione pikantnym farszem z mięsa, ryżu i orientalnych przypraw tworzą danie, które przenosi nas prosto na ulice Stambułu.

Dla kogo?

Kabak Dolmasi to doskonała propozycja dla miłośników kuchni bliskowschodniej oraz osób poszukujących **pełnowartościowego dania** w jednym naczyniu. Połączenie delikatnej cukinii z wyrazistym farszem zadowoli zarówno mięsożerców, jak i osoby ceniące warzywa w głównej roli. To także świetna opcja dla rodzin z dziećmi – *słodkawe rodzyunki* i orzeszki piniowe łagodzą pikantność potrawy.

Na jaką okazję?

Ta aromatyczna potrawa sprawdzi się jako **główne danie** na rodzinny obiad, kolację z przyjaciółmi czy nawet eleganckie przyjęcie. Kabak Dolmasi można przygotować wcześniej i odgrzać przed podaniem, co czyni je idealnym wyborem na spotkania, gdy chcesz spędzić czas z gośćmi, a nie w kuchni.

Czy wiesz, że?

Dolmasi to tradycyjna technika kulinarna popularna w krajach basenu Morza Śródziemnego i Bliskiego Wschodu. Nazwa pochodzi od tureckiego słowa „dolma”, oznaczającego „wypełniać”. Choć najczęściej kojarzy się z liśćmi winogron, w Turcji równie

popularne są faszerowane warzywa, w tym właśnie cukinie.

Dla urozmaicenia

Spróbuj zastąpić mięso mielone mieszanką soczewicy i kaszy bulgur dla *wegetariańskiej wersji*. Możesz też eksperymentować z przyprawami – dodaj kardamon, cynamon lub gałkę muskatołową dla jeszcze bardziej orientального charakteru. Zamiast jogurtu naturalnego podaj danie z sosem na bazie tahini z dodatkiem cytryny.