

Фаршированные цветки цуккини



- 🕒 **Время:**
- 🍴 **Сложность:** простой
- 🍳 **Способ:** тушение
- 📅 **Сезон:** лето
- 🍴 **Назначение:** горячая закуска

Ингредиенты

- Цуккини цветки – 24 шт.
- Рис - 250 г.
- Лук репчатый нарезанный - 250 г.
- Укроп нарезанный - ½ пучка
- Петрушка мелко нарезанная ½ пучка
- Мята нарезанная - ½ пучка
- Оливковое масло - 200-250 г.
- Тертый картофель - 250 г.
- Тертые кабачки - 250 г.
- Помидоры 250 - г.
- Сок 3 лимонов
- соль
- перец
- тмин

КАК ПРИГОТОВИТЬ

Подготовим цветки цуккини для начинки. Осторожно, не повредив цветок, вырежьте из каждого тычинки и удалите листики с каждого чашелистика. Каждый цветок осторожно и тщательно промойте. Высушите цветки цуккини.

Смешайте рис с мелко нарезанными овощами, зеленью и картофелем. Фаршируйте цветки цуккини.

Выложите равномерно в кастрюлю и залейте стаканом воды, оливковым маслом, лимонным соком и доведите до кипения.

Варить на медленном огне в течение 20 минут.

