



Mangez, buvez mais n'abusez pas (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Les recettes de cuisines

---

## Bourré De Courgette Au Fromage

Peynirli Kabak Dolması



6 courgettes minces  
1/2 tasse de fromage gras râpé  
1 tasse de fromage lor  
1 cuillère à café de poivre rouge  
7-8 brins de persil  
7 - 8 branches d'aneth  
1 cuillère à café de poivre noir  
1 cuillère à café de sel  
1 cuillère à soupe plein de beurre

# Ravez la peau des courgettes, coupez en largeur en quelques morceaux puis creusez. Mélangez du fromage lor, du fromage gras, de l'aneth haché, du persil, du poivre rouge, du poivron noir et du sel.

# Mettez le mélange de fromage, dans les courgettes coupés.

# Placez les bourrés dans en verticale dans une casserole. Mettez du beurre de la taille d'une noisette sur toutes les bourrés. Versez 1 tasse d'eau chaude dessus.

# Fermez la casserole, laissez cuire à moyenne température jusqu'à que les courgettes deviennent molles. Servez chaud.

N-B; Ce plat est une recette qui vient de la cuisine ottomane à nos jours.