I R A Q I D O L M A I N J A R N K

Ingredients
Zucchini
3 colored capsicum
Tomato
onion
Janrk
For filling :
1 zucchini pulp
Parsley
3 Tomatos
400 grams of rice
3 cloves of big size garlic
1 yellow pepper
1 green pepper
2 onions finely chopped
1 and half teaspoon of salt
1 teaspoon of mixed spices
Half teaspoon of black pepper
Half teaspoon of turmeric
Half teaspoon of ground ginger
Half cup of pomegranate molasses
Half teaspoon of coffee
3 tablespoons of olive oil
1 tablespoon of tomato molasses
Juice of 3 lemons

Directions
لتحضير الحشوة : اولاً نأتي بوعاء ونضع فيه أرز (بتكونوا مغسلين الارز وبتنعقوه بماء) ثم نضع فوق الأرز لب الكوسا ، بقدونس مفروم ناعم ، بندورة مفرومة ناعم ، ثوم مدقوق ،فليفلة حمراء مقطعة ناعم ، فليفلة خضراء مقطعة ناعم ، بصل مفروم ناعم ، ملح ، بهار مشكل ، فلفل اسود ، كركم ، زنجبيل ، دبس رمان ، قهوة ، زيت زيتون ، دبس بندورة ، عصير ليمون ، ثم نقوم بتحريك المكونات . لتحضير الدولمة : اولاً نأتي بوعاء ونضع في أسفل الوعاء جارنك ثم نقوم بحشي البصل ونضعهم فوق الجارنك و نقوم بحشي الكوسا والفليفلة الحمراء والخضراء ونضعهم فوق البصل ثم نضع عليهم صحن ونقوم برفع الوعاء على نار عالية حتى الغليان (ما تحطوا ماء عليهم لان الماء بتتطلع من الخضار) و نتركها لمدة 10 دقائق، وبعدها نخفف النار و نقوم بوضع الغطاء على الوعاء ونتركهم حتى الاستواء ، ثم نقوم بسكب الدولمة بوعاء التقديم وبعدها تصبح جاهزة.

Bon Apetit!