



PANATHEA
extra virgin olijfolie
ΠΑΝΑΘΕΑ

Κρητικές recepten

Voor- en bijgerecht
vegetarisch



Dolmades

4 personen

gevulde wijnbladeren



Ingrediënten:

250 gram wijnbladeren, ingemaakt in zout water (verse wijnbladeren eerst kort in kokend water blancheren)

1,8 dl olijfolie

2 grote uien, zeer fijn gehakt

$\frac{3}{4}$ kop rondkorrelige rijst

6 bosuitjes, gehakt

$\frac{1}{3}$ kop grof gehakte verse dille

1 eetlepel fijngehakte verse munt

Zout en versgemalen zwarte peper

3,75 dl water

1 eetlepel citroensap

Bereidingswijze:

Spoel de wijnbladeren koud af en laat ze 1 uur weken in warm water. Laten uitlekken. Verhit in een kleine pan met dikke bodem 1,25 dl olijfolie. Fruit de uien in 5 minuten langzaam glazig. Neem de pan van het vuur laat hem 5 minuten afgedekt staan. Rijst, bosuien, kruiden, zout en peper toevoegen, goed roeren. Leg de wijnbladeren (achterkant boven) op een snijplank. Leg steeds 3 theelepels vulling in het midden van het blad. Leg de zijkanten eroverheen, en rol ze naar de punt toe op. Bekleed een pan met 5 wijnbladeren. Verdeel de dolmades daarover in twee lagen; sprenkel de olijfolie eroverheen. Leg een bord op de dolmades, vul dan de pan met water. Afgedekt 45 minuten laten sudderen. Bord verwijderen en citroensap over de dolmades gieten.



