



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEŞAMEL SOSLU HİNDİ KIYMALI KABAK

250 gr. hindi kıyması
4 adet dolmalık kabak
1 adet kuru soğan
50 gr margarin
isteğe göre karabiber, tuz
1 yemek kaşığı salça
50 gr kaşar peyniri
Beşamel sos için:
1 yemek kaşığı margarin
2 yemek kaşığı un
2 su bardağı süt

Kabaklar yıkanıp kabukları kazınır. Boylamasına ikiye bölünerek tuzlu suda haşlanır. Çekirdekli kısımları boşaltılır. Bir tavada yemeklik doğranmış soğanlar margarinde pembeleştirilir. Hindi kıyma eklenip, kıyma suyunu bırakıp çekinceye kadar kavrulur. Tuz, karabiber ve salça eklenir. Salçayı eritmek için biraz su eklenir. Suyunu çekince ocak kapatılır. Tepsiyeye dizilen kabakların içine hindi kıymalı harç doldurulur. Başka bir tencerede 1 yemek margarin eritilir. 2 kaşık un eklenip, unun rengi dönünceye kadar kavrulur. 2 su bardağı süt eklenip hızlıca karıştırılır. Muhallebi kıvamına gelince ocağın altından alınır, kabakların üzerine hindi kıymayı kapatacak şekilde yayılır. Üzerine rendelenmiş kaşar peyniri serpilir. Tepsiyeye salçalı su dökülerek, kaşar eriyip kızarıncaya kadar 180 derece fırında pişirilir.

