FESLEĞENLİ TAVUKLU GİRİT KABAĞI GRATEN

3 adet tombul Girit kabağı
1 adet tavuk göğüs
1 adet ufak kuru soğan
1 diş sarımsak
2 dal taze fesleğen
1 adet limon kabuğu rendesi
3 çorba kaşığı margarin
1 su bardağı süt
1 çorba kaşığı un
2 çorba kaşığı rendelenmiş parmesan peyniri
1 tatlı kaşığı muskat rendesi
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber

Kabakları temizleyip boylamasına ortadan ikiye kesin. Bir tencereye biraz su ile birlikte koyun, az tuz ekleyin. Orta ateşte kabaklar hafifçe yumuşayana kadar pişirin. Kabakları tencereden alın, soğuması için kenara alın. Kuru soğanı ince yemeklik doğrayın, tavuk etini küp küp doğrayın. Bir tavayı ocağa alıp ısıtın, 2 yemek kaşığı margarini ilave edin. Kızgın tavaya tavukları atın, sulanmasına izin vermeden soteleyin. Doğranmış soğanları ilave edip pişirmeye devam edin. Bir diş sarımsağı ince kıyıp limon kabuğu rendesi ile birlikte tavaya ekleyin. Fesleğenlerden bir kaç yaprak ayırıp kalanını ince ince kıyıp tavaya ilave edin. Tüm kokular yemeğe geçene kadar ve soğanlar pişene kadar orta ateşte kavurmaya devam edin. Pişmiş kabakların göbeklerini bir kaşık yardımıyla oyun. Çıkan kabak içlerini tavaya ilave edin. Kabakların suyuyla bir kaç dakika daha pişirin. Tuzunu karabiberini ayarlayın. Suyunu çektikten sonra tavayı ocaktan alın.
Bir sos tavasında bir kaşık tereyağını eritin, unu ilave edip kavurun. Un kavrulunca sütü ilave edin, sürekli karışırarak beşamel sosu pişirin. Tuzunu, karabiberini ayarlayın, muskat rendesi ilave edin. Rendelenmiş peynirin bir kısmını üstü için ayırıp kalanını sosa ilave edin.
Haşlanmış kabakları bir fırın kabına yerleştirin. Tavuklu harcı göbekleri oyulmuş kabaklara paylaştırın. Üstlerine beşamel sosu koyun, en üste kalan peynirlerden serpin. 200 derece fırında tüm lezzetler bir birine geçene ve üstleri kızarana kadar 20-30 dk pişirin.Fırından çıkardıktan sonra taze kıyılmış fesleğen yaprakları ile servis edin.

© lezzetler.com tarif no:125887 • adı:Fesleğenli Tavuklu Girit Kabağı Graten • gönderen:Saadet • indirme tarihi:20.04.2024 - 08:55