KABAK GRATEN

60 gr kaşar peynir
2 su bardağı süt
4 yemek kaşığı un
300 gr tavuk göğsü
5 adet kabak
6 yemek kaşığı sana yağı

Kabakları kazıyıp uçlarını kestikten sonra ortadan iki parçaya ayırın. Bir çay kaşığı ile ortadaki çekirdekli kısmı çıkartın. Kabakları yarıya kadar su dolu bir tencerede 3?4 dakika kaynar suda haşlayın. Tencereden alıp, soğuk suya tutarak soğutun. Kurulayıp, fırın tepsisine dizin. Bir tavada 2 yemek kaşığı Sana yağını eritin. İçine kuşbaşı doğranmış tavuk etlerini kouyp karıştırarak 3-4 dakika sote edin. Tuz ve taze çekilmiş karabiberi ilave edin. İyice karıştırdıktan sonra ateşten alın. 3-4 yemek kaşığı Sana yağını bir tencerede eritin. İçine unu ilave edip karıştırın. Hafif ateşte unun rengi dönmeden birkaç dakika karıştırarak pişirin. 2 bardak soğuk sütü azar azar ilave edin. Bu sırada unun topaklanmaması için karıştırmaya devam edin. Çırpma teli yardımıyla sürekli karıştırarak kaynatın. Hazırladığınız beşamel sostan bir kepçe tavuklara ekleyip karıştırın. Haşlanmış kabakların içini tavuklu harçla doldurun. Kalan beşamel sosu karıştırarak ısıtın. Ateşten alıp kaşar rendesinin yarısını ekleyin. Kabakların üzerine pay edin. Üzerlerine kalan peynir rendesini serpin. Fırının üst bölümünde kabakların üzeri kızarıncaya kadar pişirin. Yanında domates sosu ile servis edin.

© lezzetler.com tarif no:61165 • adı:Kabak Graten • gönderen:Yemek Tarifleri • indirme tarihi:29.03.2024 - 07:44