



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KABAK MUTANİYESİ (GAZİANTEP)

Güneşin ve Ateşin Tadı  
Gaziantep Ticaret Odası

2,5 kg taze kabak  
500 g kuşbaşı et  
1/2 bardak nohut  
1 adet soğan  
5-6 bardak su  
1,5 tatlı kaşığı tuz  
1 yemek kaşığı un  
3 kâse (bardak) süzme yoğurt  
1 adet yumurta  
2 yemek kaşığı tereyağı veya zeytinyağı  
1 yemek kaşığı nane  
1/2 tatlı kaşığı karabiber

Nohudu ayıklayın ve bir gece önceden ıslatın.

Eti iyice yıkayın, bir tencerede 5-6 bardak su ve tuz ile kaynamaya koyun. Kaynamaya başlayınca suyun yüzeyinde oluşan köpükleri kevgirle toplayıp alın.

Soğanı ince ince doğrayın. Et biraz pişince geceden ıslatılmış nohudu ve soğanı tencereye ekleyin, nohut iyice yumuşayınca kadar pişirin.

Kabakları uzunlamasına dörde bölüp, çekirdek kısmını tamamen çıkarın ve kabakları iri olarak üç parmak boyunda doğrayın.

Et ve nohut pişince tencereye kabakları ekleyin. Kısık ateşte yumuşayınca kadar pişirin.

Yoğurdu yumurta ile pürüzsüz olana kadar karıştırın. Kısık ateşte sürekli aynı yöne doğru karıştırarak ısıtın ve içine azar azar yemeğin pişme suyundan ilâve edin. İyice ısınıp kabarmaya başlayınca yemeğe ekleyin. Bir iki taşım kaynatın ve altını kapatın.

Tereyağı veya zeytinyağını küçük bir tavada kızdırın ve naneyi ekleyin. Kabağın üstüne gezdirin, karabiberi ekleyerek servis yapın.