



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

BALKABAĞI DOLMASI

1 adet balkabağı
İç pilav için:
25 gram tereyağı
1 su bardağı pirinç
1 adet soğan
2 çorba kaşığı kuş üzümü
5 tatlı kaşığı toz şeker
1 çay kaşığı tarçın
2 adet kakule
Karabiber
Tuz
Et (İsteyenler iç pilavı etli de yapabilir)

Öncelikle bal kabağını temizleyin ve soyun. Üst kısımdan yuvarlak bir kapak kesin ve onu atmayın. İçini güzelce temizleyin. Boşalttıktan sonra önce tuzlayın sonra da 1 tatlı kaşığı şeker serpin.

Tencerede tereyağını eritip soğanı kavurun. Ardından pirinci ekleyip kavurmaya devam edin, 1,5 su bardağı kaynar su ve tuz ilave edip diri bir pilav içi hazırlayın.

İç pilava fıstık, üzüm, tuz, şeker, karabiber, tarçın ve kakuleyi ekleyerek karıştırın. Birkaç dakika daha kavurduktan sonra kabağın içine doldurun. İsteyenler iç pilavı etli de yapabilir. İlk başta kestiğiniz yuvarlakla da kabağı kapatın.

Kapak alta gelecek şekilde tencereye koyun, tencerenin içine iki parmak yüksekliğinde kaynar su koyun, 2 tatlı kaşığı şeker ilave edip kapağını kapatın.

Orta ateşte kabak yumuşayınca ve suyunu çekinceye kadar pişirin. Kabak piştikten sonra ocaktan alın ilk sıcaklığı çıktıktan sonra servis edebilirsiniz.

