



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BALKABAKLI GÜVEÇ

Yarım kg kuzu kuşbaşı  
1 kg soyulmuş bal kabağı  
1 baş kuru soğan  
2 diş sarımsak  
1 çay bardağı ayçiçek yağı  
1 tatlı kaşığı tuz  
1 çorba kaşığı salça

Soğan ince çentilir ve yağda çevrilir. Üzerine et ve ince kıyılmış sarımsak atılır. Et suyunu salıp çekince salça atılır. 2 kuşbaşı büyüklüğünde doğranmış kabak katılır. Bir kaç tur çevirdikten sonra toprak güvece aktarılır. Üzerine 1 su bardağı sıcak su katılır. Kapağı kapatılır. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 35-40 dakika pişirilir.

---