



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BEYİNLİ KABAK ÖĞRETEN

1 kg. kabak  
1 adet koyn beyni  
Yarım litre süt  
50 gr. kaşer peyniri  
50 gr. un  
50 gr. tereyağı  
100 gr. soğan  
Tuz

Kabaklar kazınır. Boyuna iki parçaya kesilir. Ortalan biraz ayrılır. Yıkılır. Bir tepsiye dizilir. Üzerine soğan dilimleri konur. Et suyu ve tuz ilâve edilir. Yumuşayınca kadar pişirilir. Ayrı bir kaptaki 50 gr. un, 50 gr. yağ ile beyaz salça yapılır. Yarısı ayrı olarak kalan yarısına haşlanarak fındık büyüklüğünde doğranmış beyin ile tuz ve biber ilâve edilir. Pişirilen kabakların içine doldurulur. Kalan salça, üzerine sürülür. Rendelenmiş peynir serpilir. Biraz yağ gezdirilir. Yemek zamanından 15 dakika evvel üzeri fırında kızartılır.