



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKŞİLİ KABAK (ÇANKIRI)

Çankırı Meslek Yüksek Okulu

0,5 kg. dolmalık kabak veya 2 su bardağı kurutulmuş kabak
1 su bardağı nohut
1 iri soğan
1 fincan zeytin yağı
2 adet kesme şeker
1 yemek kaşığı salça
1 tatlı kaşığı tuz

Nohut haşlanır ve suyu süzülür.

Kabaklar yıkanır ve kabuğu soyulur.

Boyuna dörde bölünür ve küçük parçalar halinde doğranır (kurutulmuş kabak kullanılacaksa kabak sıcak suda haşlanır).

Tencerede soğan yağ ile kavrulur.

Haşlanmış nohut ve kabaklar ilave edilir.

Birlikte biraz pişirilir.

Üzerine 1 su bardağı sıcak su dökülerek hafif ateşte pişirilir.

Kesme şeker, tuz, sirke içinde eritilerek ilave edilir ve bir iki taşım kaynatılır.

Not: Tercihen sirke yerine limon da kullanılabilir.