



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## EKŞİLİ KURU KABAK

250 gr kurutulmuş kabak  
1 adet kuru soğan  
200 gr kuşbaşı et  
1 çay bardağı nohut  
1 adet limon  
3 adet domates  
1 tatlı kaşığı tuz  
3 çorba kaşığı sıvıyağ  
1 çay bardağı su

Genelde dolmalık olarak satılan kabaklar alınır. Kaynamakta olan suya atılır, yumuşayana kadar haşlanır. Sonra sudan alınır ve bir kaç parçaya bölünür. Dödüklünün alt kısmına et konur. Üzerine sırasıyla kabak, yarım daire şeklinde doğranmış soğan, haşlanmış nohut, tuz, yuvarlak doğranmış domates, limon suyu, yağ ve su konur. Kapağı kapatılır. Pim çıktıktan sonra 5 dakika daha pişirilir, ateşten alınır.