FIRINDA KABAK MÜCVER

Sahrap Soysal

4 adet orta boy yeşil dolmalık kabak (sakız kabağı da denir)
1 fincan zeytinyağı
1 adet iri boy kuru soğan
2 diş sarımsak
2 yemek kaşığı tepeleme un
2 su bardağı süt
Sos için:
4 adet yumurta
1 çay kaşığı tuz
karabiber
2 çay kaşığı kırmızı pul biber
kuru nane
1 demet dereotu
Üzeri için:
½ su bardağı galeta unu

Kabakların dış kabuklarını soyun. Yıkayıp süzdürdükten sonra uzunlamasına önce dörde bölüp sonrada kesme şeker büyüklüğünde dilimleyin.
Soğanı çok ince kare şeklinde yemeklik doğrayın. Sarımsakları pirinç tanesi gibi dilimleyin. Orta boy bir tencerede zeytinyağını kızdırıp, soğan ve sarımsakları katarak 2-3 dakika kadar kavurun.
Hemen kabakları ilave edip 3-4 dakika kadar orta ısılı ateşte kavurma işlemine devam edin. Unu yavaş yavaş kabakların üzerine serpiştirirken ateşi kısın ve karıştırarak 2 dakika çevirin. Hemen sütü ilave edip, ateşi orta ısıya getirip hızlıca 2-3 dakika daha karıştırın. Ocaktan alın ve bir kenarda soğumaya bırakın.
Öte yandan derin bir kabın içine sos için yumurtaları kırın. Tuz, karabiber, pul biber ve naneyi katın. Çok ince kıyılmış dereotunu da ilave edip iyice çırpın. Sonrada bu yumurtalı karışımı soğuyan kabaklı karışımın içine aktarıp, iyice harmanlayın.
Bu arada fırına dayanıklı cam yada porselen kabın içini 2 yemek kaşığı sıvıyağla yağlayın. Kabaklı karışımı içine aktarıp, üzerini kaşığın tersiyle düzeltip galeta unu serpin.
Fırını 200 derece alt üst konuma getirip 5 dakika önceden ısıtın. Yemeği sıcak fırında 20-25 dakika üzeri altın sarısı oluncaya dek pişirip aktarın. Sıcak olarak, balık, et yanında servise sunun.

© lezzetler.com tarif no:62212 • adı:Fırında Kabak Mücver • gönderen:Yemek Tarifleri • indirme tarihi:28.04.2024 - 16:39