



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA KÖFTELİ KABAK

500 gr kıyma
6 adet yeşil kabak
3 adet domates
2 adet sivri biber
1 çorba kaşığı biber salçası
1 çorba kaşığı nar ekşisi
Tuz
1 çay kaşığı karabiber
2 yemek kaşığı tereyağı

Kıyma, tuz ve karabiberi yoğuralım. Minik minik parçalar koparıp köfte şekli verelim. Kabakların kabuklarını soyalım. Halka halka biçiminde keselim. Tepsiyi yağlayıp bir kabak bir köfte olacak şekilde sıra sıra dizelim. Tepsinin boş kalan kısımlarına domates ve sivri biberleri dizelim. Üstünü alüminyum folyoyle kapatalım. Önceden ısıtmış oldığımız 180 derece fırında pişirelim. Fırından çıkaralım. Sebzelerin suyunu bir tabağa alalım. Salça ve nar ekşisini bu suya katarak çırpalım. Bu sosu kabağın üzerine gezdirerek dökelim. 180 derece fırında tekrar pişirelim. Dilerseniz kabak dilimlerinin yarısını patlıcan dilimleri ile renklendirebilirsiniz (isteğe bağlıdır).