



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## FIRINDA TAVUKLU KABAK

- 3 adet kabak
- 2 adet tavuk göğsü
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- 1 adet küçük kuru soğan
- 1 çay kaşığı kimyon
- 2 çay kaşığı tuz

Kabaklar soyulur, kuşbaşı büyüklüğünde doğranır. Tavuk göğsü eti de kuşbaşı şeklinde doğranır. Soğan ince ince kıyılır. Bütün malzeme bir araya getirilir. Tuz, kimyon ve zeytinyağı ilave edilir, güzelce karıştırılır. Fırın kabına yerleştirilir. 180 derece fırında 50 dakika pişirilir.

---