



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

GÜVEÇTE BAL KABAĞI

3 tane kuru soğan
1 kg bal kabağı
1/3 kase frenk üzümü
1/3 kase pirinç
5 yemek kaşığı margarin
Karabiber
Şeker
Tuz

Soğanlar yemeklik doğranıp güvece konulur.

Margarin ve kuru üzümler eklenip biraz kavrulur.

Pirinçler yıkanıp eklenir ve kavrulmaya devam edilir.

Pilav başka güvece alınır. Kabaklar soyulup iri iri doğranıp güvece konulur. Pilav üzerine dökülüp tuzu, karabiberi ve şekeri eklenip pişirilir. Pişerken kesinlikle kaşık vurulmaz, sadece güvecin saplarından tutulup hafifçe sallanır.

Piştikten sonra üzerine sana yağ dağlanıp dökülür ve demlenmeye bırakılır.