



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK BAĞLAMASI

6 adet kabak
300 gr kyma
1 adet kuru soğan
1 çorba kaşığı salça
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay bardağı sıvıyağ
6 adet adet uzun saplı maydanoz
Kızartma yağı

Kabakların kabukları soyulur, uzunlamasına, üçgen şeklinde oyarak kapak çıkarılır. Çıkan parçalar ve kabaklar fazla yumuşamadan kızartılır. Başka bir tavada iç hazırlanır; soğan kıyılır, yağda kavrulur, salça, kıyma ve tuz eklenir. Sonra iç, kızaran kabakların içine doldurulur, çıkan kapak üzerine konur, sıcak suda yumuşamış maydanoz sapıyla bağlanır, tencereye dizilir. Üzerine 1 bardak su gezdirilir. Kapaklı olarak yarım saat pişirilir.