



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK BASMASI

6 adet kabak
2 adet soğan
1 su bardağı nohut
300 gr kuzu kuşbaşı
1 çorba kaşığı salça
1 çay bardağı ayçiçek yağı
1 su bardağı su
1 adet limon
1 çorba kaşığı kuru nane
1 tatlı kaşığı tuz

Soğan ince kıyılır, yağda pembeleştirilir. Üzerine et eklenir, 10 dakika kavrulur. Salça, haşlanmış nohut ilave edilir. Br kaç dakika sonra tuz ve doğranmış kabaklar atılır, karıştırılır. Kaşığın tersiyle üzerine bastırılır, sıcak su eklenir ve kapak kapatılır. Orta ateşte 25 dakika pişirilir. Ateşten almadan hemen önce limon suyu ve kuru nane ilave edilir.