



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KABAK BASTI

Melceü't - Tabbahin (Mehmed Kâmil 1844)  
Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı Yayınları

Mesela yarım kıyye âlâ kıvırcık eti ni küçürek doğrayıp bir tencere içinde üstüne çıkınca su ve mikdâr-ı vâfi tuz koyarak kaynatıp köpüğünü aldıktan yumuşayınca pişireler.

Badehu birkaç baş soğan ı soyup ve tekerlek doğrayıp rûgan-ı sâde içinde nîm kızartıp hazır ettikte bir büyücek asma kabağı nın üstünü kazıyıp doğrayıp içini dahi çıkardıktan sonra işbu hazırlanan lahm parelerinden bir miktarını tencereye dizip üstüne kabak parelerini ve soğanın bir miktarını ve haşlanmış nohut konulup hasılı bir kat lahm bir kat kabak bu usul üzere tekmiil oldukça lahmın suyunu bir miktar tuz ile üzerine vaz birle kabaklar pişince kaynatarlar.

Eğer et suyu vefa etmez ise bir miktar bayağı su konur.

Ondan sonra yarım kıyye kuruğun suyunu sıkıp süzdükte işbu kaynayan tencere üzerine döküp bir miktar dahi nane serpip bir taşım kaynadıkta indirip sahanlara ba&apos;de&apos;t-taksîm tenâvül buyrula.

Eğer koruk bulunmaz ise üç limon un suyu kifâyet eder.

Ekseri hîn-i tenâvülde tarçın dahi ekerler.

Âlâ olur.