



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

İki kıyye miktarı semiz kıvırcık eti ni kemiklerinden ayırıp ufak doğrayıp yıkadıktâ bir kıyye miktarı soğanı dahi ince doğrayıp tuz ve biber koyarak lahm parelerini karıştırıp oğuşturalar.

Badehu birkaç asma kabağı nı kazıyıp içini dahi çıkardıkta bir vâsi tencereye iptida lahmın kemiklerini vaz ve üzerine kabak parelerini ânifen zıkr olunduğu üzre kat kat koyup tekmiil oldukta üstüne çıkınca sıkılmış ve süzülmüş koruk suyu ile aheste kor üstünde pişireler.

Yumuşadıktâ yarım kıyye miktarı sıkılıp süzülmüş taze üzüm suyu veyahut şeker veyahut asel ve bir baş iyice ezilmiş sarımsak ve bir-iki kabza nane ilave ile bir-iki taşım dahi kaynadıkta indirip sahanlara vaz ve üzerine yine nane ekip tenâvül buyrula.