



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK ÇEKİRDEĞİ (NEVŞEHİR)

Ürgüp'ün geleneksel çerezleri arasındadır. İçleri büyük ve lezzetli olan çekirdekler, uzun kış gecelerinde soba başı sohbetlerinin vazgeçilmezidir. Kabak çekirdeği elde etmek için bir tür balkabağı kullanılır. Ayıklanıp, kurutulan çekirdekler büyük fırınlarda sütle kavrulduktan sonra tüketilir.