



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAK GAĞI (VAN)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

Kışlık kabak
Kıyma
Bulgur
Maydanoz
Tuz
Karabiber
Yağ
Sarımsaklı yoğurt
Kızdırılmış tereyağı
Kırmızı biber

Kıyma ile bulgur, maydanoz, tuz, karabiber, yağ (sıvı veya katı) karıştırılarak dolma içi hazırlanır. Yazın hazırlanıp kurutulan kabak kâkı sıcak suda ıslatılır, yumuşatılır. 10 cm'lik parçalar halinde kopartılıp içine hazırlanan iç konup muska biçiminde sarılır. Tencereye dizilir. Sıcak su üste çıkıncaya kadar su ilave edilir. 15-20 dakika pişirilir. Tabağa dizilip üzerine sarımsaklı yoğurt dökülür, isteğe bağlı olarak kızdırılmış tereyağı, kırmızı biber üzerine gezdirilir.
