



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK GALYASI

Malzemeler:

4 adet kabak
Yarım ay bardağı pirinç
300 gram kıyma
2 adet sođan
1 kařık salça
1 demet dereotu
Tuz karabiber
1 yemek kaşığı sıvı yağ

Hazırlanışı:

Soğanları doğrayıp bir kaşık yağda kavurun ve kıymayı ekleyin. Kıyma suyunu çekene kadar kavurun, üzerine bir çay kaşığı tuz ve karabiber ekleyin. Kıyma iyice kavrulduktan sonra, 1 kaşık salçayı ilave edip biraz daha kavurun. Diđer tarafta kabakların dışını kazıyın ve halka halka doğrayın. Tavaya dizin, üzerine kavrulmuş kıymayı yayın ve pirinçleri ilave edin. 1 su bardağı su ile birlikte pişirip, üzerine kıydığınız dereotu ile servise sunun.