



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KABAK GRATEN

4 adet kabak  
3 corba kaşık tereyağı veya margarin  
2 kařık un  
2 bardak süt  
100 gr. Kařar peyniri  
Karabiber  
Tuz

Kabakları iri iri doğrayın, geniş bir tencerede az tuzlu suda 3-4 dakkika haşlayın.

Tencereden alıp szgeçe koyun

Bir tencerede tereyağını eritin unu ilave edip pembeleşinceye kadar kavurun .

Çırpma teli yardımı ile, sütü yavaş yavaş ilave edin. Tuz ve karabiber ilave edin .Sürekli karıştırarak 5-6 dakkika pişirin.

Suyu szlmş kabakları bir çatal yardımıyla biraz ezin.

Daha sonra fırına dayanıklı cam bir kaba yerleştirin. zerine hazırladığınız sosu dkn. zerine Kařar peynir rendesini serpiştirin ve önceden ısıtılmış fırının orta rafına yerleştirin. zeri kızarana kadar fırında bekletin. Sıcak olarak servis yapın.

[ML® Peynirli Kabak Ogreten için tıcklayın](#)

---