



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## KABAK HELVASI

### Malzemeler:

1 kg temizlenmiş Burdur bal kabağı  
1,5 su bardağı toz şeker  
1 çorba kaşığı limon suyu

### Hazırlanışı:

Kabak rendelenir, avuç arasında sıkılarak suyu çıkarılır. Tencereye şeker, limon suyu ve 3 çorba kaşığı su konur. Tencere orta ateşe yerleştirilir. Şeker eriyince rende kabak atılır. Daha sonra ateş kısılır. Kabak şeffaflaşana kadar karıştırarak pişirilir. Servis tabağına hafif bastırarak yerleştirilir. Üzeri dövülmüş badem, ceviz ya da fındıkla süsülenir.

---