



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KABAK KALYESİ

1 kg. kabak  
1/2 kg. küçük kuşbaşı halinde kuzu eti  
2 baş orta boy soğan (kıyılmış)  
200 gr. margarin  
Bir miktar nane veya dereotu

Kabaklar soyularak ortadan ikiye bölünür. Kızgın margarin içinde 5 dakika kadar kızartılır. Kızaran kabaklar fırına girebilecek nitelikte bir servis tabağına dizilir. Diğer yanda soğanlar pembeleşinceye kadar kavrulur ve etler eklenir. Etler de kızarıncaya domates ve tuz ilave edilerek 5 dakika kadar pişirilir. Bu şekilde yarım pişmiş etler kabakların bulunduğu tabağa alınır, kabakların ortasına yerleştirilir. Hepsinin üzerini kaplayacak şekilde su ilave edilerek fırına verilir. 20 dakika fırında kaldıktan sonra sıcak olarak, kuru nane veya dereotu ile süslenmek suretiyle servis yapılır.