



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAK KARNIYARIK

6 adet kabak
200 gr. dana kıyma
1 adet kuru soğan
2 adet yeşil sivri biber
1 kırmızı biber
2 domates
1 yemek kaşığı biber salçası
Kızartmak için:
Ayçiçek yağı
Süslemek için:
Çeri domates

Kabakları alacalı soyuyoruz ve kızartıyoruz. Havlu kağıdın üzerine alıp fazla yağın çekmesini sağlıyoruz. Soğanı, sarımsakları ve biberleri minik minik doğruyoruz ve soteliyoruz. Pişince kıymayı ilave ediyor, pişirmeye devam ediyoruz. Kabuklarını soyup küp küp doğradığımız domatesleri ilave ediyoruz, tuz karabiber, kırmızı toz biber ve kekik ile lezzetlendiriyoruz. Ortalarını yardığimiz kabakların ortasına harcı paylaşırıp bir fırın kabına alıyoruz. Biber salçasını su ile açıp karniyarınların üzerine döküp fırında pişiriyoruz. İsterseniz çeri domatesler ile süsleyebilirsiniz.



Fotoğraf "Doctor" tarafından gönderildi. 29.03.2021