



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KABAK MUSAKKASI

Bir tencereye 5 silme çorba kaşığı tereyağı ile küçük doğranmış 3 orta büyüklükte soğan koyarak 7 dakika kavurun. Sonra soğanlara 150 gram kıyma ilve ederek, kıymaları suyunu ekinyece kadar, arada bir karıştırarak 15 dakika kadar kavurmaya devam edin. Soyulmuş ve küçük doğranmış 3 büyükçe domates veya bir kahve fincanı içinde eritilmış salça ilve edin. Beş dakika sonra, üstleri kazınarak ortalarından ikiye kesilmış, arkasından da birer buçuk parmak eninde küçük parçalara dilinmiş i kilo kabağı tencereye boşaltın, tencerenin kapağını kapayın. Kabakların renkleri hafifçe d-nnceye kadar pişirmeli. Renk dönünce tencereye sırasıyla 1 kahve kaşığı kırmızı biber, yarım çorba kaşığı tuz, 2 bardak su veya etsuyu ile kıyılmış bir çeyrek demet nane de ilve ettikten sonra, bunların üstlerine ıslatılmış bir yağ kğı dürtün. Tencerenin kapağını kapatın ve kabaklar iyice yumuşak bir hal alıncaya kadar önce kuvvetli, sonra da orta hararettteki ateşte pişirin. Tabaklara dağıtmadan önce tenceredeki kabakların üzerine bir demet kıyılmış dereotu serpiştirin.

---