



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK OGRETAN

Kabakları kazıyıp yıkadıktan sonra uzunlamasına ve yarım santimetre kalınlığında doğrayarak pişirin. Yemek saatinden yarım saat önce üzerini beşamel sosla kaplayarak fırında kızartıp servis yapın.

Beşamel sos:

Üç kaşık unu, 1 çay bardağı soğuk sütünle ezip üzerine karıştırarak bir su bardağı sıcak süt ekleyin. 3-4 dakika kaynattıktan sonra ateşten alın ve ılınınca içine bir yumurta sarısını yed irerek katın. 1 fiske tuz ilave edin. Yemeğin üzerini bu sosla kaplayıp üstüne 1 çay fincanı dolusu kaşar peynir rendesi serpin.
