



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KABAK OTURTMASI (ŞANLIURFA)

<https://www.urfaurfa.com>

1 kilo kabak  
350 gr az yağlı kıyma  
1 orta boy soğan  
1 tatlı kasığı salça  
tuz karabiber

Kabaklarımızı büyüklüğüne göre ikiye yada üçe bölelim, dıp kısımlarını bırakmak şartıyla içini oyalım. Oydugumuz kabakları ayçiçek ya da zeytinyağda kızartalım. Kızartığımız kabakları yağlarını süzdürüp borcama yerlestirelim. Diğer yanda kıymamızı kavurmak üzere az yağla ocaga koyalım. Soğanımızı ince kıyarak kavrulan ete ilave ederek beraber kavuralım. Hazır olan etimize salçasını tuzunu, karabiberi ekleyelim. Hazırlanan etimizi kabakların içerisine dolduralım. İcine 1 su bardağı az salçalı hazırladığımız su ilave edelim. (bu suyu borcamın içerisine dökceğiz) 150 derecede fırında 20 dk kadar pişirelim.