



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KABAK PAÇASI (KASTAMONU)

1 kg. yemeklik kabak  
4 dolu çorba kaşığı yoğurt  
1 çorba kaşığı (tepeleme) un  
2 çorba kaşığı sirke  
5 adet yumurta  
3 diş sarımsak  
2 çorba kaşığı sıvı yağ  
1 kaşık tereyağ  
Tuz  
Pulbiber

Kabakların kabuğu bıçakla kazınarak rendenin kalın tarafı ile rendelenir. Rendelenmiş kabaklar teflon bir tavada sıvı yağ ve tuz ile öldürülür. Diğer tarafta un, çok az su ile sulandırılır. Yoğurt, sirke, yumurta buna karıştırılır. Sarımsaklar da ezilerek buraya eklenir ve malzeme bir karışım haline getirilir. Pişen kabağımızın üzerine karışım dökülerek, tahta bir kaşık veya spatül ile yer yer açılır ve karışımın dibe inmesi sağlanır (Kesinlikle Karıştırılmaz!). Tavanın kapağı örtülerek 10 dk. kısık ateşte pişirilir. Ayrı bir yerde tereyağı eritilerek içine arzuya göre pulbiber konulur ve paçanın üzerine dökülerek süslenir.

Kastamonu yöremizin bir yemeği olan paça, kabak yerine patatesli ya da mantarlı olarak da yapılabilir. Patates veya mantar küp şeklinde doğranarak (Rendelenmez!) kabak yerine kullanılabilir, diğer malzemeler ve hazırlanışı aynıdır. Bir oturuşta bir tavayı bitiremezseniz paçayı soğuk olarak da yiyebileceğinizi unutmayın.

