



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAK TATLISI (ANTALYA)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

Bal kabağı (dilimi yaklaşık 7 cm. genişlik): 1,5 kilo

Toz şeker: 3 su bardağı

Tahin: 1 çay bardağı

Ceviz içi: 1 su bardağı

Balkabağı dilimlerinin dış sert kabuklarını ayıklayınız. Her dilimi 3 eşit parçaya bölünüz. Dilimleri çukur bir kaba koyunuz. Üzerine şekeri gezdiriniz. 24 saat bekletiniz. Bekleme sonucu bal kabakları su salacaktır. Sulanmış bal kabaklarını olduğu gibi tencereye boca ediniz. Orta ateşte kaynamaya bırakınız. İlk kaynamada ocağın altını az kısınız. Kabaklar kolayca bıçak saplanıncaya kadar piştiğinde suyu kıvam bulduğunda ocağın altını kapatınız. Soğumaya bırakınız. Soğumuş kabakları servis kabına aktarınız. Üzerine tahin gezdiriniz. Cevizleri serpiştiriniz ve sofraya veriniz.

