



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BAL KABAĞI TATLISI

1,5 kg balkabağı
2 bardak toz şeker
2 kahve fincanı su
Üzerine:
1 bardak çekilmiş ceviz

Bal kabağının kabukları ayrılır, bıçakla çekirdeklerin bulunduğu lifli yumuşak kısım alınır ve iki parmak genişliğinde parçalara doğranır. Bu parçalar tencereye döşenir, üzerine toz şeker ile su konularak tencerenin kapağı kapatılır ve hafif ateş üzerine oturtulur. Kabaklar, suyunu salıp yumuşayınca, bir delikli kepçe ile zedeleyip parçalamadan tabağa alınır. Üzerine çekilmiş ya da doğulmuş iç ceviz serpilir, soğuduktan sonra servis yapılır.

