



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK TATLISI (ZONGULDAK)

Zonguldak İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 kg. Bal kaba ı
250 gr.  eker
15 gr. Vanilya
50 gr. Bal
250 gr. ılık Su
 zeri için:
200 gr. Kuru Ceviz
100 gr. Kaymak

Kaba ın iç kısımları temizleyip, kabukları soyunuz ve dilimlenerek yıkayınız. Tencereye kabuğunu soydu umuz kısımları alta gelecek şekilde diziniz.  zerine  eker, vanilya ve bal ilave ediniz. % saat kadar bekletiniz. Kısık ateşte her 5 dakikada bir ılık su ilave edilerek 30 dakika kadar pişiliniz. Tam olarak suyunu çekmeden oca ın altı kapatınız. Kapa ım kapatarak 10 dakika kadar dinlendiriniz. So uduktan sonra üzerine kaymak ve ceviz koyarak servis ediniz.

