



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAK YEMEĐİ

1 Kg. orta boy kabak
1 fincan tereyađı
2 fincan un
2 yumurta sarısı
1/2 Kg. süt
250 gr. yağsız dana kıyması
1 büyük bađ sođan
Tuz
Karabiber
Yenibahar

Kabaklar yıkanır ve temizlenir, iki ucu kesilip atılır. Uzunlamasına dilimlenir. Kesilen kabaklar bir tencereye yarım fincan suyla konup, silkeleye silkeleye 10 dakika pişirilir. Bir fırın tepsisine pişen kabakların yarısı iskambil kağıdı gibi dizilir. Kıymayı yağsız bir tavada kavurduktan sonra içine rendelenmiş soğanı katıp, tuzunu, biberini, baharatını eker, az bir şey kavururuz. Bir su bardağı su ilave edip kendi yağı ile pişiririz. Yaptığımız bu karışımı kabakların üstüne yayarız. Kalan kabakları da bu karışımın üstüne aynı şekilde dizer, örteriz. Unu yağ ile kavururuz. İki yumurta sarısını çırpılarak sütü karışırırız. Bu yumurtalı sütü kavurduğumuz pembeleşmiş unun üzerine dke karışırırız. Koyu kıvama gelince kabakların üzerine yayar, orta hararetle fırında üstü pembeleşinceye kadar pişiririz.