



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAKLAMA (GAZİANTEP)

GAP Eylem Planı

600 gr yağsız kemikli et
2 kg kış kabağı
½ su bardağı haşlanmış nohut
1 adet büyük kuru soğan
1 baş sarımsak
3 yemek kaşığı sadeyağ veya tereyağı
1 yemek kaşığı domates salçası
½ yemek kaşığı biber salçası
1 adet limon
1 yemek kaşığı sıvı sumak ekşisi,
1 yemek kaşığı kuru nane
½ yemek kaşığı kuru nane
½ yemek kaşığı kırmızı pul biber
1 çay kaşığı karabiber

Tencereye et ve üzerini kaplayacak kadar su konur. Kaynara çıktığında köpüğü alınıp, gecedan ıslatılan nohut, ince kıyılan soğan ve yeterli tuz ilave edilerek etler yumuşayınca kadar pişirilir.

Pişen etin üzerine salçalar ve kabuğu soyulan kabak, iri ceviz büyüklüğünde dilimlenip ilave edilir. Kaynara çıkınca ateşi kısılır.

Temizlenip dişleri birkaç parçaya bölünen sarımsaklar eklenir. Kabaklar hafif yumuşayınca limon suyu ilave edilip, tuzu kontrol edilerek 15 dakika kısık ateşte pişirmeye devam edilir.

Üzerine ısıtılmış yağ ile nane, kırmızıbiber ve karabiber ilave edilip servise yapılır.

Not: Aynı yöntemle yöresel haylan kabağı veya sakız kabağı ile bu yemek yapılabilir. Yanında bulgur pilavı, yeşilbiber, ayran tavsiye edilir.