



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAKLAMA

Malzemeler

1 kg. kabak
1 kase haşlanmış nohut
yarım kg. kuşbaşı
2 kaşık domates salçası
1 baş kuru soğan
4-5 diş sarımsak
3-4 kaşık sıvı yağ
Yarım limon suyu
Tuz, karabiber
Kuru nane

Yıkayıp soyulan kabaklar kuşbaşı doğranır. Küçük küçük doğranan soğan kuşbaşı etle beraber yağda etler yumuşayana kadar kavrulur. Domates salçası ilave olunup biraz daha kavrulur. Kabaklar da beraberce kavrulup üzerine sıcak su ilave edilir. Yemek sulu bir yemek olduğundan su miktarı arzu edildiği kadardır. Haşlanmış nohut, sarımsak, tuz ve karabiber de konup yemek pişirilir. Limon suyu da ilave edildikten sonra bir kaşık yağda yakılan bir tutam kuru nane yemeğe ilave edilir.
