



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAKLI AŞ (HATAY)

Hatay Valiliği
Hatay Mutfak Kültürü ve Yemekleri
Dr. Kadriye ŞAHİN

2 adet yeşil kabak
1 su bardağı iri bulgur
1 adet soğan
Yarım su bardağı zeytinyağı
1 yemek kaşığı domates salçası
Kimyon
Tuz

Kabakların kabuğu soyulur ve çok küçük olmayacak şekilde doğranır. Bazıları küçük mekik şeklinde doğrar. Soğanlar ince doğranır ve zeytinyağında pembeleşinceye kadar kavrulur, salça eklenir, kimyon serpilir ve karıştırılır. İçine bulgur ilave edilir. Sıcak su eklenerek suyu çekinceye kadar pişirilir. Sıcak servis yapılır.

