



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAKLI SULU KÖFTE

400 gram kıyma
4 adet patates (küp küp doğranmış)
600 gram kabak (küp küp doğranmış)
1 adet soğan
1 demet maydanoz
1 çay bardağı su
4 diş sarımsak
1 çay kaşığı tuz
100 gram margarin
1 demet maydanoz

Kıyma ve soğanı tuz katarak iyice yoğurun. Hazırlanan bu kıymadan fındık iriliğinde köfteler yapın ve bir tavada sana klasik yağ ile kızartın. Bir tencereye margarin koyarak doğranmış soğanları ve sarımsakları bu yağda pembeleşene kadar kavurun. Ardından sırasıyla patates, kabak ve ince ince kıyılmış maydanozları ekleyin. Önceden kızartılmış köfteleri de ilave ederek, tencereye 1 çay bardağı kadar su dökün. Kapağını kapatarak sebzeler yumuşayana kadar pişirin. Sıcak olarak servis yapın.
