



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KABAKLI VE BEZELYELİ KİŞ

3 adet yumurta  
200 ml Pakmaya ŞefKrema  
1 kahve fincanı zeytinyağı  
Yarım çay kaşığı tuz  
Yarım çay kaşığı karabiber  
1 çay kaşığı kimyon  
1 su bardağı mısır unu  
3 adet taze patates (orta boy)  
1 demet taze soğan  
2 adet rendeleniş kabak  
10 adet sultani bezelye (veya haşlanmış bezelye içi)  
1 paket Pakmaya Karbonat  
Yarım limonun suyu  
100 gr taze peynir (misket şeklinde olanlardan)  
2 yemek kaşığı susam

Yumurtaları, limon suyunda köpürttüğünüz Pakmaya Karbonatı, Pakmaya ŞefKremayı, zeytinyağını ve baharatı çukur bir kaptta, çırpma teliyle iyice çirpin. Mısır ununu ekleyip karıştırın. Kabakları yıkayıp süzdükten sonra kabuğunu soymadan küp küp doğrayın. Taze soğanları da halka halka doğrayın. Tüm sebzeleri bir kaptta karıştırın. Yumurtalı karışımın üzerine unları ve sebzeli karışımı ekleyin. Taze peynir dışındaki tüm malzemeyi iyice karıştırdıktan sonra yağlanmış kelepçeli kalıba dökün. Üzerlerine mini peynirleri hafifçe bastırarak yerleştirin. Üzerlerine susam serpin. Kişi 190 dereceye ayarlı fırında 30 dakika pişirin. Fırından alın, dilimleyip servis yapın.

