KEŞKÜLİ KABAK

400 gram kuşbaşı kuzu ya da koyun eti
4-5 adet kabak
Yarım su bardağı nohut
Yeteri kadar su
1 adet soğan
Yarım demet maydanoz
2 çorba kaşığı tereyağı
1 çay kaşığı karabiber
Tuz
1 tatlı kaşığı tarçın
1 çay kaşığı zencefil
1 çay kaşığı toz karanfil
1 su bardağı et suyu
2 çorba kaşığı nar ekşisi

Nohudu akşamdan ıslatıp, ertesi gün yumuşayana dek haşlayın. Kabuklarını soyup, kenara alın.
Soğanı yemeklik, maydanozu iri doğrayın. Eti yıkayıp suyunu süzün. Yayvan bir tencereye alıp, suyunu salıp yeniden çekene dek kavurun. Üzerine yemeklik doğranmış soğanı katın. Ara sıra karıştırarak ve gerekirse biraz sıcak su ilave ederek et yumuşayana dek pişirin.
Diğer taraftan kabakların üstünü bir soyucu yardımıyla fazla bastırmadan kazıyın. Önce uzunlamasına dörde bölün. Daha sonra üç parmak genişliğinde doğrayın. Hafifçe tuzlayıp kenara alın.
Tenceredeki et yumuşaymca nohut, maydanoz, karabiber ve tuz ilave edin. Karıştırıp üzerini düzeltin.
Doğradığınız kabakları yeşil tarafları üste gelecek şekilde tencereye sıralayın. Tereyağını ekleyin. Tarçın, zencefil ve karanfili et suyuna karıştırıp, kabakların üzerine gezdirin.
Kısık ateşte, kapağı kapalı olarak ve karıştırmadan 35-40 dakika pişirin. Ocağı kapatın. Yemeğin suyundan 3 çorba kaşığı alıp, nar ekşisini inceltin ve tencerenin üzerine gezdirin. Şeklini bozmamaya (tenceredeki gibi et altta, kabaklar üstte olacak şekilde) dikkat ederek servis yapın.

© lezzetler.com tarif no:69269 • adı:KEŞKÜLİ KABAK • gönderen:sofra • indirme tarihi:28.04.2024 - 14:22