



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KIYMALI KABAK GRATEN

1 kilo kabak  
Kıymalı Harç:  
150 gram kıyma  
1 adet soğan  
1 adet domates  
1 çorba kaşığı tereyağı  
tuz  
karabiber

Beşamel Sos:  
2 çorba kaşığı un  
1 çorba kaşığı tereyağı  
1/2 litre süt  
1 adet yumurta  
tuz  
karabiber  
3-4 çorba kaşığı rendelenmiş kaşar peyniri

Soğanlar yemeklik doğranıp, yağ ile kavrulur. Kıyma eklenerek suyu çekilene kadar pişirilir. Domatesler ayıklanıp yemeklik doğranır ve kıymalı karışıma eklenir. Tuz ve karabiber eklenerek hafif renkleri dönene kadar pişirilir. Un, yağ ile kavrulur. Azar azar süt ilave edilerek koyulaşmaya kadar pişirilir. Tuz ve karabiber ilave edilir. Ateşten alınan beşamel sos kaymaktanmaması için ara sıra karıştırılarak ılıtıldıktan sonra bir yumurta eklenerek iyice karıştırılır.