



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIYMALI KABAK

1 kg. sakız kabak
200 gr. kadar yemeklik kıyma
2 orta boy soğan
1 çorba kaşığı salça
2 çorba kaşığı tereyağı veya 1 çay bardağı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı kuru nane
Tuz

Yağı eritip rendelediğiniz ya da ince ince kıydığınız soğanları pembeleşinceye kadar kavurun. Kıymayı ilâve edip kısık ateşte kavurun. Salçayı katıp karıştırın. Bu arada kabakların kabuklarını kazıyıp baş ve dip kısımlarını kesin. Kabakları ikiye ayırıp arzu ettiğiniz irilikte doğrayıp tencereye katın. Kuru naneyi ve tuzu katıp karıştırın. 1 su bardağı sıcak su katarak kabaklar pişinceye kadar kısık ateşte pişirin.