



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

KORUKLU KABAK

1 kg kabak
100 gram koruk
100 gram nohut
1 adet irice havuç
10 diş sarımsak
250 gram kuzu eti
100 gram yağ

Nohutları akşamdan ıslatın. Daha sonra haşlayarak bir kenara koyun. Koruk dışındaki tüm malzemeleri küp küp kesin. Hepsini tencereye alın. Bir miktar su ilave edin ve orta ateşte bir saat kadar pişirdikten sonra servis yapın.

Not: Koruk, olgunlaşmamış üzümün verilen addır.

[ML® Dödüklüde Koruklu Bamyaya için tıklayın](#)
