



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUZU KABAK KEBABI

1 kilo kemiksiz kuzu eti
1 tatlı kaşığı tuz
6 su bardağı su
1 kahve fincanı un
2 kahve fincanı su
2 kahve fincanı krema
Kabağının malzemesi:
6 adet küçük kabak (750 gram)
1 bağ nanenin yaprakları
1/2 tatlı kaşığı tuz
2 adet orta boy domates
1 çorba kaşığı tepeleme yağ

1) Etleri bir tencereye koyup üzerini kapatıncaya kadar su doldurup hızlı ateşe koyunuz. Tam kaynarken, ateşten alarak suyunu süzdürünüz.

2) Eti bir kere yıkayıp başka bir tencereye koyunuz ve üzerine tuzunu ve suyunu koyup, kaynadıktan sonra ağır ateşte ağzı kapalı olarak 1 saat 15 dakika pişiriniz.

3) Etleri kevgirle başka bir tencereye çıkarınız.

4) Unla sütü iyice karıştırıp, kaynar etin suyuna yediriniz ve karıştırarak 5 dakika kaynatıp etin üzerine süzdürünüz.

5) Kremasını ilâve edip muhafaza ediniz.

Kabağın hazırlanışı:

1) Kabağın kabuklarını bıçağın tersi ile kazıyıp iki ucunu kesiniz ve kabağı 4'e yarıp ortalarındaki çekirdekli kısmı hafif alarak, ortadan kesiniz.

2) Küçük bir kuşhanenin dibini hafifçe yağlayıp, kabakları üst üste diziniz ve üzerine nane yapraklarını, tuzunu, domates ve yağını koyup kapağını sıkıca kapatınız ve ağır ateşte kendi bırakacağı su ile 35-45 dakika pişiriniz.

3) Servis yaparken çukur bir kaptaki etleri altına dizip, üzerine dikkatlice kabakları yerleştirerek servis yapınız.