



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PİRİNÇLİ KABAK OGRATEN (FRANSA)

4 orta boy kabak (kazınıp, her biri boylamasına 2'ye kesildikten sonra, çekirdekli bölümleri temizlenerek, rendelenmiş)

250 g (1 su bardağı) haşlanmış pirinç

2 yumurta

2 yumurtanın akı

90 g (1 1/2 su bardağı) kaşar (ya da emmenthal) peyniri rendesi

2 tatlı kaşığı ayçiçek yağı

6 arpacık soğanı (ince doğranmış)

1/4 tatlı kaşığı tuz

bir tutam karabiber (taze çekilmiş)

1/4 tatlı kaşığı mercanköşk

1/4 tatlı kaşığı kekik

25 cl (1 su bardağı) süt (tercihen yarım yağlı)

bir tutam hintceviz rendesi

12 halka kırmızı ve yeşil dolmalık biber (kaynar suda 1 dakika haşlanıp, süzdürülmüş)

Önce fırınınızı 190 °C'a ısıtın. Haşlanmış pirinçler, 1 yumurta akı ve kaşar (ya da emmenthal) peyniri rendesinin yarısını bir kâsede karıştırıp, karışımı 2 cm çapında çukurca bir seramik tabağın dibine döşeyin. Tabağı fırına verip, peynir eriyinceye kadar (3 - 4 dakika) pişirerek, tabağı fırından alın ve bir kenara bırakın.

Ayçiçek yağın kalın dipli bir tavaya koyup, tavayı orta ateşe oturtarak, ayçiçek yağın ısıtın. Isınınca arpacık soğanlarını koyup, ara sıra karıştırarak, saydamlaşmaya kadar (5 - 6 dakika) pişirin. Kabak rendesini ekleyin ve ara sıra karıştırarak, kabaklar yumuşaymaya kadar (yaklaşık 3 dakika) pişirin. Tuz, karabiber, mercanköşk ve kekiği serpip, karıştırarak, tavayı ateşten alın ve bir kenara bırakın.

2 bütün yumurta, kalan yumurta akı, süt ve hintceviz rendesini bir kâsede çırpma teliyle hafifçe çırpın. Kalan kaşar (ya da emmenthal) peyniri rendesi ve tavadaki kabaklı karışımı ekleyip, karıştırdıktan sonra, seramik tabaktaki pirinçli karışımın üstüne boşaltın ve tabağı fırına verip, pirinçli kabak oqratenin kenarları altın sarısı bir renk alıncaya kadar (yaklaşık 20 dakika) pişirin. Tabağı fırından alıp, kırmızı ve yeşil dolmalık biber halkalarıyla süsledikten sonra, tabağı yeniden fırına vererek, pirinçli kabak oqrateni orta bölümü de altın sarısı bir renk alıncaya kadar (5 - 7 dakika) pişirmeyi sürdürün. Sonra tabağı fırından alıp, pirinçli kabak oqrateni sofrada 4 üçgen parçaya keserek, servis yapın.