



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SADEYAĞLI KABAK DOLMASI

1 kg. kabak
1 su bardağı pirinç
2 kaşık sadeyağ
1 fincan antepfıstığı
50 gr. kuşüzümü
50 gr. toz şeker
Tuz
Baharat

Kabağın kabuğunu soyarak dibi yuvarlak olacak surette sap tarafını çıkarınız, temizleyip yıkayınız. Ayıklanmış ve iyice yıkanmış bir kepçe pirinci iki kaşık sadeyağ ile tencerede kuvvetli ateşte beş dakika kavurduktan sonra azar azar sıcak su ve tuz koyarak diri pilav haline getiriniz. Fıstık, üzüm, baharat ve az şeker serpererek biraz daha karıştırıp indiriniz. Kabağa doldurup, ağzını ayıklanmış bir parça kabakla kapatınız. Kapak tarafı alta gelmek üzere tencereye yerleştirerek yarıyı geçinceye kadar su, 2-3 çay kaşığı şeker koyarak ılık gibi oluncaya ve suyu tamamiyle çekilinceye kadar pişiriniz. Tabaklara alıp servis yapınız.