



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SAKIZKABAĞINDAN KARNİYARIK

Tuğrul Şavkay

250 ml. et suyu (1 su bardağı)

1 kg. kabak

90 ml. zeytinyağı (6 çorba kaşığı)

100 gr. tereyağı (6,5 çorba kaşığı)

Harcı için:

100 gr. tereyağı (6,5 çorba kaşığı)

50 gr. çamfıstığı (1/4 su bardağı)

200 gr. soğan (ince kıyılmış), (2 orta boy)

300 gr. kıyma

300 gr. domates (kabukları soyulup, ince doğranmış), (3 orta boy)

Tuz

Taze çekilmiş karabiber

1 bağ maydanoz (ince kıyılmış).

Harcım hazırlamak için tencerede tereyağını eritin. Yağ kızınca fıstıkları içinde biraz sarartın. Soğanları katıp pembeleşinceye kadar fıstıklarla birlikte kavurun. Kıymayı ekleyip, 15 dakika daha kavurun. Domatesleri ekleyip karıştırın. Tuzunu ve biberini ayarlayın, tavayı ateşten alın. İnce kıyılmış maydanozunu serpip karıştırın.

Et suyunu bir taşım kaynatıp sıcak tutun. Kabakların baş ve diplerini keserek atın. Bıçakla dışını kazıyın. Yıkayıp bir süzgece çıkarın. Üzerlerine boylamasına derin bir çizik atın. Zeytinyağını tavada kızdırın. Kabakları tavaya yerleştirerek biraz yumuşayınca kadar kızartın.

Kızaran kabakları bir güvece alın. Çizik attığınız yerlerden ortalarını harç koymak için aralayın. Hazırladığınız harcı kaşıkla kabakların ortalarına doldurun. Kabakların üzerine sıcak et suyunu gezdirip, güveci ateşe oturtun. Karniyarığı kısık ateşte 20 dakika pişirin.

Güveci ateşten almadan hemen önce tereyağını bir tavada kızdırıp karniyarıkların üzerine dökün. Ateşten alıp, sıcak olarak servis yapın.