



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞEKERSİZ KABAK TATLISI

700 gram bal kabağı
2 adet karanfil
1 adet kabuk tarçın
1 adet limon suyu
1 çay bardağı ceviz içi
1 çay bardağı üzüm
1 çorba kaşığı tereyağı
3 çorba kaşığı bal

Öncelikle kabakları irice doğrayıp tencereye alın, çok az su ilave ederek ocak üzerine koyun. Kısık ateşte pişmeye bırakın. Bu arada kaynamaya başlayınca içine karanfil, tarçın ve limon suyu ekleyip pişirmeye devam edin. Kabak pişirirken aslında hiç su konmaz, kendi suyunu şekerle verir zaten. Ama şeker koymadığımız için az su koymak daha iyi olacaktır. Kabaklar yumuşayınca üzerine tereyağını ve balı ekleyip tatlandırın. Tereyağını koyma sebebi de parlak olması ve hoş bir lezzet vermesi. Üzümü ve cevizi ilave edip servis tabağına aktarın ve soğuk servis yapın.