



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞİHİL MAHŞİ (HATAY)

<https://www.milliyet.com.tr>

2 adet kabak
1 adet kuru soğan
1 yemek kaşığı domates salçası
2 yemek kaşığı ceviz
1 çay kaşığı pul biber
Yarım su bardağı haşlanmış nohut
5 dal dereotu
Tuz
Karabiber
Sosu için:
1 yemek kaşığı domates salçası
1 tatlı kaşığı kuru nane
Su
Tuz
Karabiber

Kabakların etrafını tırtıklı bir şekilde soyup ikiye böldükten sonra kabakların içini oyacakla oyuyoruz. Kızgın yağda kabakları kızartıyoruz. Kızarttığımız kabakları peçeteye alıyoruz.

Zeytinyağında önce kıymayı kavurmaya başlıyoruz. Soğan ve cevizleri küçük küçük doğruyoruz. Soğanları kıymaya ilave edip kavurduktan sonra ceviz, salça ve pul biber ilave edip kavurmaya devam ediyoruz. Tuz ve karabiber ekleyip üzerine 1 su bardağı su ekliyoruz. Kıyma suyunu çektikten sonra haşlanmış nohudu ve incelttiğimiz dereotunu harca ilave ediyoruz.

Salça, nane, zeytinyağı, tuz ve karabiberin üzerine 1 su bardağı su ilave edip karıştırıyoruz.

Kızarttığımız kabakların içine kıymalı harçla doldurup fırın kabına yerleştiriyoruz. Hazırladığımız sosu kabakların üzerine döktükten sonra 10 dakika fırında pişiriyoruz.

Fırından çıkarttığımız kabakları tabağa alıp üzerine yemeğin sosundan ve incelttiğimiz dereotunu ekliyoruz.

