



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞİHİL MAHŞİ (HATAY)

Yöremın Yemeđi Annemin Emeđi Projesi

6 Adet Kabak
300 Gr Kıyma
1 Adet Sođan
1 Su Bardađı Nohut
2 Yemek Kaşığı Tereyağı
1 Yemek Kaşığı Domates Salçası
Tuz
Karabiber
Kabakları Kızartmak İçin;
Svı Yađ

Kabakların içi dolma oyacağıyla alınır.

Kabakların üzeri çizilerek kızgın yağda kızartılır.

Ayrı bir tencerede kıyma, soğan ve nohut kavrulur ve tuz karabiber eklenir.

Kızartılmış kabakların içine hazırlanan kıyma harcı ile doldurulup kabakların ağzı oyulan kabak içi ile kapatılır.

Ardından salçalı sos hazırlanıp tepsiye dizilen kabakların üstüne dökülerek önceden ısıtılmış fırında pişirilir.

Servis edilirken tercihe göre yanına süzme yođurt veya taze yođurt konulur.

