



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞİHİL MAHŞİ (KİLİS)

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

6 adet kabak
300 gram kıyma
1 su bardağı pirinç
1 adet soğan (rendelenmiş)
2 yemek kaşığı domates salçası
1 yemek kaşığı biber salçası
Yarım çay bardağı sıvı yağ
Tuz, karabiber, pul biber
2 su bardağı yoğurt (servis için)
2 diş sarımsak (ezilmiş)

Kabakların kabuklarını soyun ve ortadan ikiye bölerek içlerini bir kaşık yardımıyla oyun. Hafifçe tuzlayarak kenara alın.

Derin bir kapta kıyma, rendelenmiş soğan, pirinç, 1 yemek kaşığı domates salçası, biber salçası, tuz, karabiber ve pul biberi karıştırarak harcı hazırlayın.

Hazırladığınız iç harcı kabakların içine doldurun.

Bir tencereye sıvı yağı koyun ve kalan domates salçasını kavurun. Üzerine su ekleyerek kaynamaya bırakın.

Kabakları bu karışımın içine dizin ve kısık ateşte 30-40 dakika pişirin.

Pişen kabakları servis tabağına alın. Üzerine sarımsaklı yoğurt dökün ve sıcak olarak servis edin.

