



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAHİNLİ KABAK TATLISI

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

1,5 kg bal kabağı
2 su bardağı toz şeker
1 su bardağı su (isteğe bağılı)
1 su bardağı dövülmüş ceviz içi
1 yemek kaşığı tahin (isteğe bağılı)
Kaymak (isteğe bağılı)

Bal kabaklarının kabuklarını dikkatlice soyun ve yaklaşık 2-3 cm kalınlığında dilimleyin.

Dilimlediğiniz bal kabaklarını geniş bir tencereye veya fırın tepsisine dizin.

Ardından üzerine 2 su bardağı toz şekeri eşit şekilde serpin.

Şekerin kabağın üzerine dengeli bir şekilde dağılması önemlidir çünkü şeker, kabakların pişerken suyunu salmasını sağlar ve tatlının kendi suyunda pişmesine yardımcı olur.

Eğer kabakların daha sulu olmasını isterseniz, 1 su bardağı su da ekleyebilirsiniz.

Şeker serpilmiş kabakları, yaklaşık 4-5 saat (tercihen bir gece) dinlenmeye bırakın.

Dinlenen kabakları ocağın üzerine koyarak kısık ateşte pişirebilirsiniz.

Tencerenin kapağını kapatarak kabakların buharla yavaşça yumuşamasını sağlayın.

Kabaklar kendi suyunda yumuşayınca kadar yaklaşık 30-40 dakika kadar pişirin.

Eğer fırında pişirmeyi tercih ediyorsanız, kabakları önceden 180 dereceye ısıtılmış fırında yaklaşık 40-45 dakika kadar pişirebilirsiniz.

Pişen kabak tatlısını fırından veya ocaktan aldıktan sonra biraz soğumaya bırakın.

Kabak tatlısını ceviz, tahin ve kaymak gibi malzemelerle servis edebilirsiniz.

