



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU KABAK GÜVEÇ

Elif Korkmazel

2 adet soğan
3 adet kabak
200 gram tavuk eti
2 adet sivribiber
2 adet domates
3 diş sarımsak
2 çorba kaşığı tereyağı
Tuz, karabiber
Sosu için:
1 çorba kaşığı un
1 çorba kaşığı tereyağı
1 su bardağı süt
Tuz, karabiber

1 adet soğanı doğrayın 2 çorba kaşığı tereyağında kavurun. Üzerine doğranmış tavuk etlerini koyup 5 dakika pişirin. Domatesi ve sivribiberi de irice doğrayıp tavukların üzerine koyun. Sonra üzerine sarımsak, tuz karabiber ilave edip ocaktan alın. Kabakların içlerini oyun ve tavuklu harcı bölüştürün. Bu harcı kabakların içine yerleştirin. Güveç kabını yağlayın 1 adet soğanı irice doğrayıp tabanına yerleştirin ve kabakları üzerine dizin. 1 çay bardağı su koyun. Sosu yapmak için tavaya yağı, unu koyup kavurun. Sütü ekleyin, karıştırarak koyulaştırın ocaktan alın. Tuz ile biberi serpin ve kabakların üzerine yerleştirin. 200 derecedeki fırında 20 dakika pişirin. Domateslerle süsleyip servis yapın.