



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

TAVUKLU KABAK SARMA

500 gr Kuşbaşı doğranmış tavuk göğsü

1 adet domates

2 adet sivri biber

4 yemek kaşığı sıvıyağ

2 çay kaşığı tuz

1/2 çay kaşığı karabiber

1/2 çay kaşığı kırmızı pul biber

1/2 çay kaşığı kekik

1 tatlı kaşığı domates salçası

Üzeri için:

1 adet domates

2 adet sivri biber

100 gr dilimlenmiş kaşar peyniri

Kızartmak için sıvı yağ

Sıvı yağ tavaya alınır, kızdırılır. Tavuk etleri eklenip, suyunu çekinceye kadar kavrulur. Biberlerin sap kısımları kesilip, çekirdekleri çıkarılır ve doğranır. Tencereye eklenip kavurmaya devam edilir. Domatesler kabukları soyulup küp şeklinde doğranır, tencereye eklenir. Domatesler eriyinceye kadar karıştırılarak pişirilir. Salça ve yeteri kadar sıcak su eklenir. Tuz ve baharatlarla tatlandırılıp pişmeye bırakılır.

Kabakların kabukları kazınıp, yıkanır ve boyuna kesilip ince dilimlenir. Kızgın yağda kızartılır. Kağıt havlu üzerine alınarak fazla yağları süzülür. İki adet kızarmış kabak dilimi bir kaseye (+) şeklinde yerleştirilir. Ortasına hazırlanan tavuklu harçtan doldurulur. Kabaklar karşılıklı olarak tavuklu harcın üzerine kapatılır. Bir fırın kabına ters çevrilerek yerleştirilir. Bütün malzeme bilinceye kadar bu işleme devam edilir. Üzerlerine domates-biber ve kaşar peyniri dilimleri yerleştirilip kürdan yardımıyla tutturulur. 1 tatlı kaşığı salça 1 su bardağına yakın sıcak suda eritilip fırın kabına dökülür. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında kaşar eriyinceye kadar pişirilir.

