



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YEŞİL KABAKLI KİŞ

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

1 su bardağı un
2 yemek kaşığı tereyağ
1 çay kaşığı tuz
4 yemek kaşığı soğuk su
1 çay bardağı yoğurt
İçi için:
3 adet yeşil kabak
1 su bardağı kaşar peyniri
1 yemek kaşığı tereyağı
2 yemek kaşığı un
2 su bardağı süt
150 gr tulum peyniri
Dereotu
Taze nane
Tuz
Karabiber
Üzeri için:
1 yumurta
Yarım çay bardağı süt
1 çay bardağı kaşar peyniri rendesi

Hamur için gerekli un, tuz, tereyağı, yoğurt karıştırıp soğuk suyu ekleyip hızlı hareketlerle yoğurun. Buzdolabında yarım saat dinlendirin. Hamuru unlanmış mutfak tezgahına alıp merdaneyle tart kalıbına göre açın. Kalıba yerleştirin ve taşan hamuru kenarlarından kesin. Kalıpla tekrar buzdolabında soğutun. Sosu için tencerede yağı eritin. Un ilave edin ve rengi hafif dönüncüye kadar kavurun. Sürekli karıştırarak sütü ilave edin. Kısık ateşte kadar pişirin. Beşamel sos elde edeceksiniz. 2 adet kabağı beşamel sosun içine rendeleyin. Tulum peynirini ekleyip karıştırın. Maydanoz ve dereotunu ince kıyarak kabağa ekleyin. Bu karışımı kalıba dökün. Kalan kabağı ince dilimleyin ve üzerine dizin. Üzeri için süt ve yumurta bir kasede çırpın ve karışım üzerine dökün. 180 dereceye ayarlı fırında üstü kızarıncaya dakika kadar pişirin. Fırından çıkarmadan 5 dakika önce rendelenmiş kaşar peynirini serpiştirin. Sıcak servis yapın.



