



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI KABAK DOLMASI

4 orta boy kabak
2 orta boy soğan
25 g tereyağı
150 g dana ve koyun kıyma
2 yemek kaşığı pirinç
1 su bardağı kemik suyu
4-5 dal dereotu
4-5 dal maydanoz
Karabiber
Tuz
Terbiye için:
1 yumurta
½ yemek kaşığı un
½ su bardağı kemik suyu

Kabakların üstünü kazıyıp, ikiye bölün, içlerini oyun.

Soğanları ince kıyın, üzerine kıyma, pirinç, kıyılmış maydanoz, karabiber ve tuzu ekleyin iyice karıştırın.

Hazırladığınız harcı kabaklara doldurun, üzerine kemik suyunu ekleyerek 15 dakika kadar pişirin.

Terbiye için yumurta ile kemik suyunu çırpın, üzerine unu ekleyin, çırpıma devam edin, kabağın sıcak suyundan azar azar ekleyerek malzemeyi ısıtın, terbiyeyi de tencereye ekleyin, tereyağını da koyduktan sonra 2 dakika kadar pişirin.