



KIRAZ'IN
MUTFAĞI



Kiymalı Kabak Yemeği



Süre: 40 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 15 dakika

>> **Piştirme Süresi:** 25 dakika

>> **Kaç Kişilik:** 4 kişilik

Malzemeler:

- 5 orta boy kabak
- 300 g dana kıyma
- 1 kuru soğan
- 2 domates
- 1 yemek kaşığı salça
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1/2 demet dereotu
- 1 su bardağı sıcak su
- Tuz ve karabiber

Ön Hazırlık:

Et ve sebzeler için ayrı kesme tahtaları kullanın. Malzemeleri benzer büyüklükte doğrayın; etin mühürlenmesi gereken tariflerde tavayı önceden iyice ısıtın.

Servis Önerisi:

Yoğurt ve bulgur pilavıyla servis edin.

Yapılışı:

1. Kıymayı kavurun:

- Kıyma ve soğanı tencerede suyunu çekip renk alana kadar pişirin.
- Tavayı önceden ısıtın ve malzemeyi üst üste yığmayın. Ara vermeden karıştırmak yerine renk alması için kısa aralıklarla çevirin.

2. Domates tabanını kurun:

- Salça ve domatesi ekleyip birkaç dakika koyulaştırın.
-

3. Kabağı ekleyin:



- Yarım ay doğranmış kabağı tencereye alıp ezmeden karıştırın.
- Karıştırma işlemini malzemeleri ezmeden, alttan üste doğru yapın. Tuz ve baharatı son kez kontrol ettikten sonra bir sonraki aşamaya geçin.

4. Pişirin:

- Sıcak suyu ekleyip kabak diri yumuşak olana kadar pişirin ve dereotuyla tamamlayın.
- Yemeği servis etmeden önce birkaç dakika dinlendirin ve son dokunuşları bu aşamada ekleyin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Et kullanılan tariflerde parçaların içinin tamamen piştiğini, sebzelerin ise biçimini kaybetmeden yumuşadığını kontrol edin. Sos tabanda su gibi kalmamalı, malzemeleri hafifçe sarmalıdır.

>> **İpucu:** Kabağı fazla karıştırmak parçaların dağılmasına neden olur.

Kiraz'ın
Mutfağı