



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)
بانو أتابي لذيد المتواضع من وصفات الأكل

ضغط اليقطين Kabak Basti



١ كوب ماء حمص
١ كيلو غرام يقطين
٥٠٠ غرام قطع لحم
٢ عدد بصل جاف
١ كوب شاي زيت
١ ملعقة حساء معج
١ ملعقة حساء نعنا
١ مياه الليمون
١ ملعقة حلو ملح

- # يقطع البصل , يقلي في الزيت حتى تصبح رمادي
- # يضاف اللحم للبصل الذي أصبح رمادي
- # عندما يجذب اللحم مائها , يوضع الصلصة ويطبخ حتى تذهب ريحة خفيفة
- # يضاف اليقطين المنقوشة , حمص المغلي والملح على خلط
- # وفي الأخير يوضع ٢ كوب مياه لحم ساخنة , ويطبخ حتى لحمي تنعم اليقطين
- # قبل طبخها يضاف مياه الليمون , ويؤخذ من المحجر

ملاحظة : هذا الأكل خاص لمنطقة غازي عنتب , ويطبخ أيضا مع سفرجل بدلا من اليقطين باستخدام نفس القياسات