



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)
بانو أتأبى لذیذ المتواضع من وصفات الأكل

مقللة الیقطين Kabak Tava



٤ یقطين متوسطة
نصف كوب ماء ملك
١ ملعقة حلو ملح
١ كوب ماء زيت المقلي
٢ - ٣ ملاعق طحين
٤ - ٥ فرع جدول عشب

ينظف الیقطين , بعد قطعها إلى اثنين بالعرض , يجزء بالطول على كبر صدر السكين إلى شرائح
يؤخذ الحليب والملح في وعاء , ويخلط , يرمي شرائح المجرء من الیقطين إلى الخيط , وينتظر الیقطين في هذا
الخلط حوالي ٢٠ دقائق
ثم يضغط الیقطين المخرج من الخلط على الطحين , يقلي في زيت المقلي حتى تصبح لون أصفر ذهبي
ينشر عليها شبت مقطوع رقيق وتقدم خدمة وهي ساخنة

ملاحظة : يستخدم كما هو الحال مع اللبن والثوم يمكن صحن الجانب جنباً إلى جنب مع أطباق اللحوم أيضاً