

# Manisa Balkabağı Sinkonta

Toplam 125 dk

Hazırlama 20 dk · Pişirme 60 dk

4 kişilik

Orta

~122 kcal

Açılış 14/10

Manisa mutfağının kanonik fırın yemeği sinkonta, ince dilimlenmiş balkabağı yarım soğanla katlar; salça, un, sirke, limon, sarımsak ve zeytinyağıyla yapılı rekşi sosla 200°C fırında uzun pişirilir. Üzerine kuru nane ve pul biber serpilerek yöre klasiğidir.

## Malzemeler

- 1 kg Kabak
- 2 adet Kuru soğan
- 0.5 su bardağı Zeytinyağı
- 6 diş Sarımsak
- 2 yemek kaşığı Sirke
- 1 yemek kaşığı Domates salçası
- 1 yemek kaşığı Un
- 1 adet Limon (yarım)
- 2 yemek kaşığı Kuru nane
- 1 çay kaşığı Pul biber
- 1 çay kaşığı Tuz

## Yapılış

- Balkabağı parmak kalınlığında dilimleyin, fırın tepsisine düzgün dizin.
- Soğan yarım ince dilimleyin, balkabakların üstüne yayın.
- Ayrı kâsede salça, un, sirke, limon suyu, ezilmiş sarımsak zeytinyağı, su bardağı su ve tuzu çırpın eridiğinden emin olun.
- Sosu balkabakların üzerine eşit dökün, pul biber ve kuru naneyi serpin.
- Tepsiyi folyoyla kapatın 200°C 1 saat 15 dakika pişirin (balkabağın kendi suyunu salmasını).
- Folyoyu çıkarın 5 dakika daha üstü hafif kızarana kadar pişirin; 5 dakika dinlendirip sarımsak yoğurtla servis edin.

### PÜF NOKTASI

Sosu önce kâsede çırpın sonra balkabaklara dökmek unun topaklanmasını önler. Tepsiyi ilk 45 dakika folyoyla kapatmak balkabağın kendi suyunu salmasını sağlar; son 15 dakika açılıştan hafif karamellenir.

### SERVİS ÖNERİSİ

Ilık veya soğuk servis edin; üstüne sarımsak yoğurt kaşığı ve kuru nane. Yanında bulgur pilavı veya pide.

## Alerjenler

Gluten