

Sivas Yoğurtlu Kabak Keşkeği

Toplam 50 dk

Hazırlama 15 dk · Pişirme 35 dk

5 kişilik

Orta

~188 kcal

Açılış 17/10

Sivas yoğurtlu kabak keşkeği, buğday kabak ve yoğurtla pişirerek kaşığa dolgun ama hafif bir yayla yemeği sunar.

Malzemeler

- 1 su bardağı Aşurelik buğday
- 2 adet Kabak
- 1 su bardağı Yoğurt
- 15 gr Tereyağı
- 1 çay kaşığı Kuru nane

Yapılış

1. Aşurelik buğdayı 1 kaynatma tenceresinde 15 dakika sıcak suda bekletin.
2. Buğday tencereye alıp üzerine geçecek suyla 25 dakika pişirin.
3. Kabakları küp doğrayıp buğdaya ekleyin ve 15 dakika daha pişirin.
4. Yoğurdu bir kepçe sıcak suyla 11 tencereye eklerken kesilmesin.
5. Yoğurtlu karışımı yemeğe katıp 5 dakika kısık ateşte 15 dakika pişirin.
6. Tereyağını nane yakıp keşkeğin üzerine gezdirerek servis edin.

PÜF NOKTASI

Buğday önceden 15 dakika ıslatılmadıkça daha çabuk açılımlar sağlar.

SERVIS ÖNERİSİ

Yoğurtlu kabak keşkeğini kaseye alıp üzerine tereyağı ve buğdaylı yüzeyin ortasına gezdirin.

Alerjenler

Gluten

Süt