



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AĞLATAN KABAK

4 adet kabak
3 adet kuru soğan
1 ay kaşığı toz şeker
1 ay kaşığı tuz
1 kahve fincanı zeytinyağı
Dereotu

Soğanlar yarım daire şeklinde doğranır. Kabakların kabukları soyulur ve yuvarlak formda doğranır. Tencereye zeytinyağı bırakılır, orta ateşte ısınınca soğan ve kabaklar birlikte atılır. Tuz ve şeker ilave edilir. Bir kaç dakika kavurduktan sonra kapak kapatılır, ateş kısılır. Kendi suyuyla 25 dakika pişirilir. Üzerine kıyılmış dereotu serperek, ılık ya da soğuk olarak sofraya getirilir.