



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATESLİ KABAK DİZMESİ

3-4 adet taze sakız kabağı
3-4 adet domates
2-3 adet taze soğan
3-4 diş sarımsak
1 fincan zeytinyağı
Yeterince tuz, karabiber ve kekik

YAPILIŞI:

Taze soğanları ince ince doğrayınız. Sarımsağı temizleyip, çentiniz. Hepsini bir kaşık zeytinyağında çok az öldürünüz. Sakız kabaklarının üstünü kazıyarak temizleyiniz. Halka halka kesiniz. Domatesleri yıkayıp, dikine halka halka kesiniz. Bu yemekte sert domates kullanmanızı sağlık veririm. Domatesleri keserken kapaklarını kullanmayacaksınız. Gelelim tepsinin hazırlanmasına. Öldürdüğünüz soğan ve sarımsağı fırına girebilecek bir derin kenarlı kabın dibine yayın. Domates ve kabak halkalarını dikine diziniz. Üzerine tuz, karabiber ve kalan zeytinyağı döküp, üstünü alüminyum kağıtla kapatıp orta hararetle fırına sürünüz. 30 dakika sonra çıkarıp, üzerine kekik serpin, sıcak servis yapınız.

[ML® Domatesli Kabak için tıklayın](#)