



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ERİK SOSLU KABAK (İSTANBUL)

1 kg kabak
2 çorba kaşığı sıvıyağ
Yarım kg erik sosu
1 limonun suyu
4 diş sarımsak
7-8 dal dereotu

Erik sos için:

1 kg yeşil erik
Su

1. Erik sos için; erikleri yıkayıp tencereye alın. Üzerini geçecek kadar su ekleyin. Erikler yumuşayınca kadar haşlayın ve elinizle ezerek süzgeçten geçirin.
2. Kabakları soyun. Kibrit çöpü şeklinde doğrayın. Sarımsakları temizleyip ezin. Dereotunu yıkayıp kıyın.
3. Sıvıyağı kızdırıp kabakları 1-2 dakika soteleyin. Erik sosu, sarımsak ve limon suyunu ekleyin. Çok az su ilave edip kabaklar yumuşayınca kadar pişirin. Dereotu serpip servis yapın.