



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FESLEĞENLİ KABAK

4 adet kabak
1 su bardağı haşlanmış nohut
1a det kuru soğan
3 adet domates
6-7 dal taze fesleğen
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay bardağı zeytinyağı

Kabaklar soyulur, iri doğranır. Bir tencereye konur. Üzerine sırasıyla, kıyılmış soğan, rendelenmiş domates, nohut, yaprak fesleğen, tuz ve zeytinyağı konur. Kapağı kapatılır, hiç açılmadan orta ateşte yarım saat kadar pişirilir. Ilık olarak servis edilir.