



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FINDIKLI KABAK SALATASI

1 kilogram kabak
1 adet kuru soğan
40 gram yağ
1 su bardağı fındık
500 gram süzme yoğurt

Tencereye yağ ve soğan koyup, 5 dakika kadar kavurun. İçine doğranmış kabakları koyup, tahta kaşıkla 5 dakika daha hızlı ateşte döndürün. Tencerenin kapağını kapamadan kabakları kavurun. Kabakları tencerede soğutun. Eğer kabaklar su salarsa, suyunu süzdürün. Süzme yoğurdu kaşıkla çırpıp, pütürlü hale getirin. Soğuyan kabakları, yoğurtla karıştırın. Fındıkları 20 gram yağda döndürüp, bir kenara alın. En son yoğurtlu kabağı tabağa yayın, üzerine de fındıkları serpin. Servis tabağına alın.

