



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA TAZE OTLU MİNİ KABAK

Elif Edes Tapan

8 adet mini kabak

Karışık 1-2 demet taze ot, maydanoz, nane, fesleğen, zahter, kekik, dereotu...

2 yemek kaşığı rende parmesan peyniri

1-2 yemek kaşığı kıyılmış ceviz

1 diş sarımsak

1 yemek kaşığı zeytinyağı

Tuz

Karabiber

Taze otları ince ince kıyın. Kabakları yıkayın, soymadan ortalarını dolduracak şekilde keserek boşaltın. Sarımsakları ezin, zeytinyağında az soteleyin, ceviz ilave edin, bir dakika birlikte soteleyin, ateşten alın. Otları, peynir, tuz ve karabiberi ilave edin. Hazırlanan karışımı kabaklara doldurun. 180 derece ısıtılmış fırında 10-15 dakika, kabaklar kızarana kadar pişirin.

