



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## KABAK PÜRESİ

1/2 kg. kabak  
1 çay kaşığı tuz  
1 çorba kaşığı un  
1 su bardağı süt  
1/2 çorba kaşığı tereyağ

Kabakları kazıyıp doğrayıp az su ile pişirip püre makinasından geçiriniz.

Yağ ve unu tencereye koyarak hafif hararetli ısıda yağı una yediriniz. Kabakları ve tuzu katıp karıştırarak sütü ilave ediniz. Bir iki taşım kaynatıp servis tabağına boşaltınız.