



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAK SALATA

Ümit Usta

500 gram sakız kabağı
1 adet orta boy kuru soğan
1 kahve fincanı sıvıyağ
2 adet kırmızı çarliston biber veya toz kırmızı biber
250 gram yoğurt
2 çorba kaşığı mayonez
1 demet dereotu
5-6 adet siyah zeytin

Kuru soğanı rendeleyip sıvıyağda kavuralım. Soğanlar kavrulunca rendelediğimiz kabakları ve ince ince kıydığımız biberleri tencereye ilave edip hepsi bir yumuşayınca kadar orta ısı ateşte pişirelim. Pişen sebze karışımı iyice soğuduktan sonra yoğurt, mayonez ve ince kıyılmış dereotu ile karıştırıp servis tabağına yayalım. Ayırdığımız birkaç dal dereotu ve zeytin ile süsleyip servis yapalım.