



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

KABAK SALATASI

1 kg kabak
2 tane havuç rendesi
1 çorba kaşığı zeytinyağı
2-3 diş sarımsak
1 çay kaşığı tuz
1 kase iri kıyılmış ceviz
1 çorba kaşığı mayonez
1 kase süzme yoğurt
1/2 demet dereotu

Rendelenmiş kabak ve havuç sıvıyağda kavrulur. Ardından sarımsak ve tuz ilave edilir. Suyunu çekene kadar pişirilir. Soğuduktan sonra diğer malzemeler ilave edilir ve servise alınır.