



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI KABAK

1 kilo kabak
1 su bardağı zeytinyağı
3 iri soğan
3 iri domates
3 diş sarımsak
maydanoz
1,5 bardak su
tuz

Kabakları temizleyip yıkayın, dilimleyerek süzgece alın. Soğanları ino e dilimleyin. Yağın yansını bir tencerede kızdırın, soğanları bu yağda pembeleştirin. Daha sonra suyu süzölmüş kabakları atıp 4-5 dakika çevirin. Sarımsakla, doğranmış maydanozu, ince doğranmış domatesleri ve kalan yağı ilave edin, 1 bardak su ve tuz koyarak pişirin.

[ML® Kabakıçı için tıklayın](#)