



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK SOS

2 adet kabak
1 diş sarımsak
2 orba kaşığı zeytinyağı
1 ay kaşığı tuz
1 ay kaşığı pul biber

Kabaklar iyice yıkanır ve kabaca bir kaç parçaya bölünür. Kaynamakta olan suya atılır, yumuşayana kadar haşlanır. Sudan alınır, süzülür. Bir atal yardımıyla ezilir. zerine sarımsak, zeytinyağı, tuz, pul biber eklenir ve iyice karıştırılır. Izgara tavuk yemekleriyle servis edilir.