



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KABAKLI HAVUÇ LOKMALARI

- 1 kaşık margarin
- 2 adet kabak
- 2 adet havuç
- 1 çay bardağı yoğurt
- 1 tutam maydanoz
- 2 çorba kaşığı mayonez

Kabakları yıkayıp ince dilimler halinde kesip, fırında veya tost makinesinde pişirelim.  
Havucu rendeleyip tavaya alalım sana ve üzerine mayonezi ekleyip yumuşayana kadar pişirelim.  
Yoğurdu bir kap içine alıp, azıcık su ile açtıktan sonra yumuşayan havuçları, maydanozu ve tuzunu ekleyip karıştıralım.  
Hazırladığımız havuçlu karışımı kabakların arasına koyup rulolar halinde sarıp kürdan takıp servis yapalım.