



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KABAKLI ŞARA ŞURA (ÇANAKKALE)

2 adet kabak  
250 gram taze fasulye  
1 adet patlıcan  
1 adet patates  
50 gram biber  
1 adet soğan  
1,5 su bardağı sıcak su  
25 gram margarin  
2 adet domates  
2 çorba kaşığı domates salçası  
1 çay kaşığı tuz, karabiber

Soğanı soyup iri kıyın. Biberleri kalın halkalar şeklinde doğrayın. Domatesleri soyup küp şeklinde doğrayın. Fasulyeleri temizleyip ikiye bölün. Patates, kabak ve patlıcanları soyup küp şeklinde doğrayın. Sebzeleri bir kaba alıp karıştırın. Margarini tencerede ısıtıp soğanı pembeleşinceye kadar kavurun. Biber ve domates ve bir çorba kaşığı ılık suda inceltilmiş salçayı ekleyip 12 dakika daha kavurun. Sebzeler, 1.5 su bardağı sıcak su, tuz ve karabiberi ilave edin. Bir taşım kaynatıp kısık ateşte 30 dakika kadar pişirin. Ilık veya soğuk servis yapın.