



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAKLI SPAGETTİ

Michael Montignac

250 GR LABNE PEYNİRİ
2 ÇORBA KAŞIĞI KİYILMIŞ FESLEĞEN
2 TATLI KAŞIĞI HARDAL
500 GR KABAK
1 LİMONUN SUYU
400 GR SPAGETTİ
TUZ
KARABİBER

Kabakları yıkayıp zar şeklinde kesin. Bir teflon tavada kabakları 1 limonun suyu ile hafifçe kızartın. Kabaklar sadece yumuşamalı. Tuzunu ve biberini koyun.

Bir tencerede hafif ateşte labne peynirini ısıtın; hardal ve fesleğeni ekleyin.

Spagettinizi kaynar tuzlu suda 12 dakika haşlayın ve süzün.

Her tabağa spagettileri bölüştürün etraflarına kabakları çepeçevre yayın ve üstüne labneli sosu gezdirin.