



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## YOĞURTLU KABAK KIZARTMASI

### MALZEMESİ:

1500 gr. kabak  
6 kahve fincanı un  
5,5 kahve fincanı su  
1,5 bardak çiçek yağı  
500 gr. yoğurt  
1 çorba kaşığı tuz

### YAPILIŞI:

Kabakların üstlerini kazıyın. Uzunluklarına bıçak sırtı kadar kalınlıkta dilimlere kesin. Ve üzerlerini tuzlayarak bir saat dinlendirin. Sonra bir sahana un koyarak üzerine sicim gibi su akıtın ve bir taraftan da çatalla çırpın ve un çorbası koyuluğuna getirin. Daha sonra kabakları teker teker bu un bulamacına batırın, içinde rafine çiçek yağı kızdırılmış olan tavaya atın, her iki tarafını da nar gibi kızartın. Delikli kepe ile bütün kabakları tabağa alın, yanında dövülmüş ve hafifçe sulandırılmış yoğurtla servis yapabilirsiniz.

[ML® Kabak Tava için tıklayın](#)