



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ABI KABAK

1 kg kabak  
1 ay bardağı zeytinyağı  
1 ay kaşığı kırmızı toz biber  
1 ay kaşığı tuz  
Üzeri için:  
Sarımsaklı yoğurt

Kabaklar soyulur, yarım cetvel şeklinde doğranır. Yağlı kağıt serilmiş tepsiye zeytinyağı, tuz ve toz biber karışımından sürülür. Kabaklar dizilir. kalan yağlı karışım da fırçayla kabakların üzerine sürülür. 190 derece fırında kızarana kadar pişirilir. Servise çekilir, üzerine sarımsaklı yoğurt gezdirilir.

---