



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEZELYELİ KABAK SANDAL

Malzemeler

Kabak,
Bezelye,
İçim kaşar peyniri,
Konserve mısır,
Altın Hasat zeytinyağı,
İçim Beyaz peynir,
Soğan,
Kırmızı biber,
Dereotu,
Tuz.

Hazırlanışı

İlk olarak kabaklar ikiye bölünerek içleri boşaltılır. Kayık seklene getirilen kabaklar tencerede haşlanır. Buarada zeytinyağı ile ince ince doğranmış soğanlar sotelenir. Sonra bezelye, mısır, kırmızı biber eklenip biraz sotelenir. Tuzu eknenir, peynir ufalanır ve ince ince doğranmış dereotu ile karıştırılır. Yapılan peynirli karışım haşlanan kabakların içine ince tabaka halinde sürülür ve peynirin üzerine yapılan bezelyeli karışım doldurulur ve üzerine az kaşar seripilip 5 dk. düşük ısıda fırına verilir. Fırından çıkarılır ve servis edilebilir.
