



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## CEVİZLİ KABAK RULOLARI

1 adet kabak  
50 gr İçim Süzme Yoğurt  
30 gr ceviz içi  
1 tatlı kaşığı çörekotu  
1 çorba kaşığı Zeytinyağı  
Tuz

Kabağı ince dilimler uzunlamasına dilimler halinde kesin. Zeytinyağını tavada kızdırın ve kabakları iki tarafı da 1 dakika olacak kadar kızartın. Kağıt havlu üzerine alın ve yağlarını süzdürün. Geniş bir kaptaki İçim Süzme Yoğurt, dövülmüş ceviz içi, bir tutam tuz ve bir tatlı kaşığı çörekotunu karıştırın. Kabak dilimlerinin kendinize doğru olan hazırladığınız karışımdan koyup rulo şeklinde sarın. Üzerlerine birer adet ceviz koyup keten tohumu serpiştirerek ve zeytinyağı gezdirerek servis edin.

