



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DOMATESLİ KABAK

Yarım kilo kabak,
2 tatlı kaşığı zeytinyağı,
4 tatlı kaşığı domates salçası,
1 diş sarımsak,
1 tutam kırmızı toz biber,
1 tutam tuz

Kabakları ince ince doğrayın. Yanmaz tavada kızdırdığınız zeytinyağında 1 diş sarımsağı pembeleştirin. İnce dilimler halinde doğradığınız kabakları, toz biberi ve domates salçasını sarımsakların içine karıştırın. Karışımın üzerine tuz ve gerekiyorsa biraz su ekleyin. Tavanın kapağını kapatarak hazırladığınız yemeği kısık ateşte 15 dakika pişirin.