



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKŞİLİ SAKIZ KABAĞI

<https://www.sdmdiyeti.com/>

2 adet sakız kabak (kabukları koyu yeşil yapraklı sebzeler)
1-2 diş sarımsak
2 yemek kaşığı limon
1 tatlı kaşığı zeytinyağı
Tuz

Kabaklar büyüklüklerine göre ikiye veya üçe bölünür. Kaynayan suda kabakların diriliği gidene kadar haşlanır. Sarımsaklar zeytinyağı ile iyice ezilir, rengi ağarınca limon suyu ve tuz eklenir. Kabaklar servis tabağına alınarak sos ile karıştırılır ve 2-3 saat soğumaya bırakılıp ardından servis edilir.

