



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FESLEĞENLİ KABAK SPAGETTİ

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

2 adet orta boy kabak
1 tatlı kaşığı zeytinyağı
Tuz, karabiber
Taze fesleğen
2-3 diş sarımsak

Kabaklar kalın spagetti gibi uzun şeritler halinde kesilir, sarımsaklar ince ince kıyılır. Önceden ısıtılan tava üzerine 1 tatlı kaşığı zeytinyağı eklenerek sarımsaklar karabiber ile sotelenir. Sarımsakların üzerine kabaklar da eklenerek tuz ile tatlandırılır. Tava sallanarak hızlı ateşte kabaklar suyunu salmadan sotelenir. Kabaklar yumuşayınca tavadan alınarak üzerine tütün kıyım fesleğen eklenerek servis edilir.

