



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## GARNİTÜRLÜ KABAK

- 1 su bardağı hazır garnitür
- 4 kabak
- 1 soğan
- 1 yemek kaşığı domates salçası
- 2 patates
- 4 yemek kaşığı zeytinyağı

Soğanları sıvıyağ ile kavurun, pembeleşen soğanların üzerine salçanızı ilave edin biraz daha kavurun, üzerine yıkayıp dilimlediğiniz kabaklarınızı da ekleyin. Ardından üzerine küp küp doğranmış patateslerinizi ve dondurulmuş ürün olan garnitürlerinizi de ilave edin daha sonra suyunu ekleyip ve tuzunu da atıp dileyen düdüklü tencerede 15 dk kadar kısık ateşte dileyen tencerede yine kısık ateşte 25 dk kadar pişirebilir.

---