



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK KALYE

6 orta boy sakız kabağı
1 orta boy sođan
3 diř sarımsak
Yarım ay bardağı pirinç
Dereotu
1 kesme řeker
Tuz
Yarım limon suyu
Zeytinyađı
1 su bardađı su

Kabakları yıkayıp tepelerini kesin. Sebze soyucu ile çekirdeklerine gelene kadar sıyırın. Zeytinyağında yemeklik doğradığınız soğan ve sarımsağı kavurun. zerine kabakları, daha önce yıkayıp ılık suda beklettiğiniz pirinçleri, kesme şekeri, tuzu, yarım limonun suyunu ve 1 su bardağına yakın sıcak suyu koyup ocağı en kısık duruma getirip pişmeye bırakıyoruz.