



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK KIZARTMASI

Kart olmayan bir buçuk kilo kabağın ancak yeşili görünene kadar üstlerini kazdıktan sonra, bunları uzunlamasına bıçak sırtı kalınlığında dilimlere ayırınız, üstlerine bir çorba kaşığı tuz, serptikten sonra bir saat dinlenmeye bırakınız. Bir ya da bir buçuk saat sonra, bir sahan veya çukur tabağa 6 silme kahve fincanı un koyduktan sonra, üstüne azar azar ve sicim gibi akıtarak beş kahve fincanı su ilâve edin. Hızlıca karıştırarak bunları düğün çorbası koyuluğunda bir bulamaç haline getirin. Bulamacın hazırlanması sona erince, tuzlayarak dinlenmeye bıraktığınız kabak dilimlerini teker teker bu una batırarak üstlerini bulamaçlayın, sonra bu dilimleri her seferinde dört beş dilimden fazla olmamak üzere, dumanı tütercesine kızdırılmış bir buçuk bardak zeytinyağı bulunan tavaya atarak, nar gibi oluncaya kadar önce birinci, sonra ikinci yüzlerini kızartın. Kızarmış kabakları delikli kepçe ile bir tabağa alın. Hepsi kızardıktan sonra tabaklara bölün, yanlarına doğulmuş ve hafifçe sulandırılmış yoğurt koyarak servis yapın.
