



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

KABAK OTURTMA

5 kabak
4 domates
2 soğan
5 yeşilbiber
1 kırmızıbiber
2 diş sarımsak
Zeytinyağı tuz
Üzeri için:
1 tutam maydanoz
1 tutam dereotu

Kabakları tırtıklı soyacağımla şekilli soyun. Yuvarlak şekilde dilimleyin. Soğanları ve kırmızıbiberi küçük küp şeklinde, biberleri ve sarımsakları da küçük küçük doğrayın. Tencerenin zeminine soğanın bir kısmını koyun. Kabakları yerleştirin ve rendelenmiş domatesleri üzerine dökün. Kalan soğan, sarımsak ve biberleri de üzerine ekleyin. Tuzunu ve zeytinyağını ilave ettikten sonra kapağını kapatıp ocakta pişmeye bırakın. Üzerine doğranmış maydanoz ve dereotu serpererek servis edin.