



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KABAK SALATASI (10 AY)

80 gram kabak  
1 ay kaşığı kıyılmış maydanoz  
1 ay kaşığı kıyılmış frenk maydanozu  
1 ay kaşığı ayçiçek yağı  
1 imdik tuz  
limon suyu

Kabağı yıkayın kazıyın ve doğrayın, çok az buharda pişirin. Bir salata kasesi içinde bütün malzemeleri karıştıarak bebeğe yedin.