



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KABAK SALATASI

- 1 kg kabak
- 1 adet soğan
- 1 demet dereotu
- 1 kase süzme yoğurt
- 3 diş sarımsak
- 3 çorba kaşığı sıvı yağ

Kabaklar temizlenip soyulur. Rendelenir. Bir süzgecin içinde iyice suları sıkılır. Diğer yanda ufak yemeklik doğranmış kuru soğan yağ ile kavrulur. Kabaklar ilave edilir. Tencerenin kapağı kapatılıp ara sıra açılıp karıştırılarak iyice suyu çektirilir. Süzme yoğurt ile sarımsaklı yoğurt hazırlanır. Soğuyan kabak ile karıştırılır. Servis tabağına alındıktan sonra dereotu ile süslenir.