KABAK ŞAYAN

4 yemek kaşığı zeytinyağı
4 adet rendelenmiş kabak
1 diş sarımsak (ezilmiş)
1,5 su bardağı süzme yoğurt
1 yemek kaşığı zeytinyağı (yoğurt için)
1 kahve fincanı su
1 çay kaşığı tuz
Üzeri için:
1 yemek kaşığı zeytinyağı
½ su bardağı dövülmüş ceviz içi
½ yemek kaşığı kuru nane
½ yemek kaşığı pul biber

Öncelikle kabakları yıkıyoruz ve kabuklarını soyduktan sonra rendeliyoruz. Sonra da zeytinyağı ile birlikte tavada suyunu çekene kadar güzelce kavuruyoruz.
Ayrı bir tavada cevizleri zeytinyağı, kuru nane ve pul biberle birlikte kavuruyoruz ve ocaktan alıyoruz.
Sonra da hazırlanan sarımsakların 3'te 1'ini yoğurt, sarımsak ve tuz ile birlikte karıştırıyoruz.
Daha sonra pişirmiş olduğunuz kabakların 3'te 1'ini yoğurdun içerisine ilave ediyoruz ve 1 çay kaşığı tuz ekleyip iyice karıştırıyoruz.
Daha sonra servis tabağına sotelenmiş kabakları alıyoruz ve üzerine de yoğurtlu kabağı ilave ediyoruz.
Son bir işlem olarak da üzerine sotelenmiş cevizleri ilave ediyoruz ve taze nane yaprağı serpiyoruz.

Not: Kabakların zeytinyağıyla birlikte iyi bir şekilde suyun çekmesi için tavaya atmadan önce elimizle biraz sıkıyoruz. Bu sayede tavada daha hızlı bir şekilde kavurabiliyoruz.

© lezzetler.com tarif no:174385 • adı:Kabak Şayan • gönderen:gül • indirme tarihi:01.06.2024 - 03:04