



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KABAK SİNKONTA (İZMİR)

5 adet orta boy kabak  
2 adet orta boy kuru soğan  
4 diş sarımsak  
1 çay bardağı zeytinyağı  
1/2 demet taze nane  
3 dal taze soğan  
Kuru nane  
Karabiber  
Pul biber  
Tuz  
Sosu için:  
1 yemek kaşığı domates salçası  
Yarım yemek kaşığı biber salçası  
1 yemek kaşığı un  
1 yemek kaşığı elma sirkesi  
1 su bardağı su

Önce kabakları soyun ve halka halka dilimleyin. Bir kâsede zeytinyağı ile karıştırın. Üzerine baharatları ve tuzu da ekleyin ve karıştırın. Borcama dizin. Başka bir kaptaki soğanları piyaz doğrayın. Üzerine taze nane, sarımsak ve taze soğanı ekleyip güzelce karıştırın. Bu karışımı kabakların üzerine yayın. Sos malzemesini karıştırın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırına sürün. Kızarana kadar pişirin.

Not: Dileyenler kaşar rendeleyebilir ve halka halka domates de doğrayabilir.

