



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK SOTE

1 kilo körpe kabak
1 orba kaşığı tepeleme tereyağı
ince kıyılmış bir baş soğan
ince kıyılmış bir diş sarımsak
tavla zarı gibi doğranmış 4 iri domates
yarım tatlı kaşığı tuz
1 bağ kıyılmış nane

Kabakları kazıyıp yıkayın ve dilimleyin. Bir tencereye yağı, soğanı ve sarımsağı koyup iki dakika kavurun. Sonra domatesleri ve tuzu ilave edip 3-4 dakika pişirin, kabakları ve naneyi katın. Bir defa karıştırarak kapağını kapatın, orta ateşte yarım saat pişirin.