



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAK TATLISI

1 kg kabak
2 adet havuç
2 avuç bayat ekme  rendesi
100 gr ceviz
sarımsak
3 kařık mayonez
3 kařık yoęurt

Kabakları rendeleyin ve suyunu sıkın, hafif yağlanmış teflon tavada hafifçe pişirin ardından 2 adet havucu da rendeleyip kabağa ekleyin ve çok az suyunu çektirin. Soęuyunca yoğurdu mayonezi sarımsağı cevizi ve tuzunu ekleyip karıştırın. Servis tabağına alıp buzdolabında 1 saat bekletip servis yapın.