



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## KABAK YEMEĐİ

4 adet kabak  
1 adet soğan  
1 adet domates  
3 diş sarımsak  
7 çorba kaşığı zeytinyağı  
Tuz, karabiber  
Dereotu

Kabakları irice, soğanı da yarım ay şeklinde doğrayın. Kabak ve soğanların üzerine ezilmiş sarımsak, tuz, karabiberi ekleyip kapağı kapalı kendi suyu ile 15 dakika pişirin. En son üzerine irice doğranmış domatesleri ilave edip, dereotu ile süsleyin.