



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KIYMALI KABAK SOTE

4 adet kabak
300 gr. kıyma
1 adet soğan
2 adet sivri biber
3 adet domates
3 diş sarımsak
Yarım demet dereotu
Tuz, karabiber
1 çorba kaşığı tereyağı
Yarım çay bardağı zeytinyağı

Öncelikle soğanı rendeleyip kıymayla kavurun. Üzerine irice doğranmış domatesi, biberi ve kabakları ekleyip üzerine su koymadan tencerede pişirin. Su koyarsanız tadı bozuluyor, bence biraz da dibi tutunca daha lezzetli oluyor. Sonra bol dereotu ekleyip sıcak servis yapın.