



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KURU KABAK KIZARTMASI

250 gr kurutulmuş kabak
1 su bardağı sıvıyağ
1 kase yoğurt
3 diş sarımsak
1 çay kaşığı tuz

Kuru kabak akşamdan bol suya ıslatılır. Ertesi gün süzgece çıkarılır, suyu iyice süzülür. Tavaya yağ konur, kızınca kabaklar atılır, iki yüzü kızartılır. Servis tabağına aktarılır, üzerine sarımsaklı yoğurt gezdirilir.
