



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KURU KABAK MANTISI

<http://www.ebruomurcali.com.tr>

Yarım paket filiz yumurtalı kırpık  
100 gr. kuru kabak  
50 gr. kuru biber  
Tuz  
8 su bardağı su  
Üzerine:  
4 çorba kaşığı tereyağı  
1 tatlı kaşığı kırmızı biber  
1 çorba kaşığı kuru nane  
2 su bardağı yoğurt  
1 çorba kaşığı ezilmiş sarımsak  
Tuz

Kabak ve biberleri 8 su bardağı suda yumuşayınca kadar haşlayın ve süzün.  
Aynı suya tuz ve makarnayı koyun ve 8 dakika makarnayı haşladıktan sonra süzün.  
Süzülmüş sebze ve makarnayı harmanlayın.  
Üzerine çirpılmış sarımsaklı yoğurt dökün.  
Ayrı bir tavada, tereyağında kırmızı biber ve naneyi köpürterek üzerine dökün.

