



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LABNELİ KABAK BORANI

Anne Yemekleri

3 orta boy kabak
yarım demet dereotu
yarım su bardağı iri dövülmüş ceviz
3/4 çay bardağı bulgur
pınar labne
yoğurt
sarımsak
tuz
kırmızı pul biber
2-3 yemek kaşığı zeytinyağı

Kabak tavla zarı doğranır bulgur az suda haşlanır kabaklar ilave edilir suyunu çekince karıştırma kabına alınıp soğutulur. Ceviz, dereotu, dövülmüş sarımsak, yoğurt ve pınar labne ilave edilerek servis edilecek tabağa alınır üzerine kızdırılmış yağ ve biber dökülüp dereotu ile süslenir.