



Yiyiniz iiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

PANCARLI KABAK SALATASI

3 adet rendelenmiř kabak
3 adet pancar
1 kase süzme yoęurt
2 orba kaşığı ince kıyılmış ceviz ya da fındık
3 diř sarımsak
yarım tatlı kaşığı tuz
1 tutam ince kıyılmış dereotu
1 yemek kaşığı margarin
1 tatlı kaşığı rekotu

Margarin bir tencerede kızdırılır. Rendelenmiř kabak tencereye alınıp kavrulur.
3 adet pancar ayrı bir tencereye alınıp haşlanır. Haşlanmış pancarlar soğutulup rendelenir.
Kavrulan kabakların üzerine pancarlar eklenir ve karıştırılır. İine 1 orba kaşığı ceviz eklenir ve tekrar karıştırılır.
Süzme yoğurda rendelenmiş sarımsaklar ve tuz eklenerek iyice karıştırılır.
Son olarak yoğurt kabak ve pancarlar karıştırılır ve servis tabağına alınarak dereotu ve kalan 1 çorba kaşığı cevizle ve rek otu serpilerek servis edilir.