



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## PİRİNÇLİ KABAK SALATASI

- 100 gr margarin
- 4 Orta Boy Kabak
- 1 Su Bardağı Pirinç
- 1 Demet Taze Soğan
- 1/2 Demet Dereotu ve Maydanoz
- 1 kase Yoğurt (süzme tercih edilir)
- 4-5 Diş Sarmısak
- 1/2 Çay Bardağı Yağ
- 1 Tatlı Kaşığı Toz Kırmızıbiber (acı kırmızıbiber olabilir)

Kabakları temizleyip, rendeleyin, Taze soğanları küçük küçük doğrayın. Maydanozları ve dereotlarını ince ince kıyın.  
Taze soğanları margarinle kavurun. Üzerine rendelenmiş kabakları ilave edin ve biraz daha kavurun. Daha sonra pirinç ve su ilave edin. Suyunu tamamen çekmeden önce maydanoz ve dereotu da ilave edin. Suyunu çekinceye kadar pişirin. Soğumaya bırakın.  
Sarmısaklı yoğurt hazırlayıp, soğuyan karışımı bu yoğurtlu sosa boşaltın. Tuz ilave edip hazırladığınız yağlı sosu da servisten önce gezdirerek üzerine dökün.

