



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PIRİNÇLİ ZUCCİNİ (DÜDÜKLÜ)

4 adet kabak
3 adet orta boy domates
2 adet orta boy kuru soğan
1 adet sivri biber
1 dolu yemek kaşığı pirinç
1 çay bardağı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı toz şeker

Soğanlar çok ince kıyılır, tuzla ovulur. Dödüklü tencereya soğan, doğranmış kabak, domates, sivri biber yıkanmış pirinç, toz şeker ve zeytinyağı konur, karıştırılır. Hiç su eklemeyen kapağı kapatılır. Harlı ateşe dödüklü tencere yerleştirilir, pimi çıkınca ateş kısılır, 5 dakika sonra ateşten alınır. Ilık olarak sofraya getirilir.