



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PORTAKALLI KABAK

2 kaşık zeytinyağı
1 su bardađı portakal suyu
1 ay kaşığı Őeker
4 adet kabak
1 adet havuç
1 adet sođan
1/2 demet dereotu
Tuz

Önce havuçlar temizlenip, doğrandıktan sonra biraz yumuşayana kadar 10 dakika haşlanır.
Sođan incecik doğranıp, zeytinyağında biraz kavrulur.
Kabaklar temizlenip dođranır.
Kabak ve havuç sođanlara ilave edilip kavrulur.
Tuzu, Őekeri konulup, portakal suyu eklenir.
Ağzı kapatılıp ağır ateşte pişirilir.
Sođuduktan sonra üzerine dođranmıř dereotu serpilerek servis edilir.
