



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SALÇALI KABAK TAVASI

MALZEMESİ:

4 adet orta büyüklükte kabak
1 tatlı kaşığı domates salçası
2 çorba kaşığı un
3 bardak zeytinyağı

YAPILIŞI:

Kabakları temizleyip yıkadıktan sonra uzun ve ince dilimlere kesin. Derince bir kaptaki salçayı ezin. İçine 2 kaşık un ilâve edin ve bu karışımı boza kıvamına gelinceye kadar sulandırın. Ayrıca bir kaba, kuru un ve bir tutam da tuz koyun. Bir tencerede bol zeytinyağını kızdırın. Hazırladığınız kabak dilimlerini önce kuru una, sonra salçalı biralı karışıma bulayarak kızgın yağa atın, çevirerek kızartın. Temiz bir kâğıdın üzerine alın. Yağını bıraktıktan sonra servis tabağına koyarak sıcak sıcak sofraya götürün.