



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞEKERSİZ KABAK TATLISI

2 dilim balkabağı
3 su bardağı su
5 adet çubuk tarçın
2 yemek kaşığı tahin
1 yemek kaşığı bal
Dövülmüş ceviz

Suyu tarçınlarla birlikte tencereye alın.
10 dakika kadar kaynattığınız tarçınlı suyu ocaktan alıp tarçınları içinden çıkarın.
Tarçınlı su soğurken kabakları soyup dilimleyin.
Kabak dilimlerini soğuyan tarçınlı suya koyup yeniden ocağa alın.
Kısık ateşte kabaklar yumuşayana kadar pişirdiğiniz tatlıyı servis tabağına alın.
Bal ve tahini bir kasede karıştırıp balkabaklarının üzerine gezdirin.
Dövülmüş cevizi de en üste serpip tatlınızı servis edin.

