



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞUK KABAK SALATASI

- 4 adet kabak
- 1 yemek kaşığı toz nane
- 2 yemek kaşığı margarin
- 1 çay bardağı dövülmüş ceviz
- 1 su bardağı lor peyniri
- 1 su bardağı süzme yoğurt
- 2 diş sarımsak
- 1 tatlı kaşığı tuz

Kabakları yıkayın, alacalı olarak soyun ve küp küp doğrayın.

Kabakları tencereye alın. İçine tuz ve naneyi de ekleyerek margarinle kavurun.

Pişince ocaktan alın ve soğumaya bırakın.

Ayrı bir yerde sarımsağı ince ince kıyın ve yoğurtla iyice karıştırın.

Ardından soğuyan kabakları servis tabağına alıp içine sarımsaklı yoğurdu ve lor peynirini ilave edin. İyice karıştırdıktan sonra üzerini dövülmüş cevizle süsleyerek servis yapın.



Fotoğraf "Göksen" tarafından gönderildi. 16.02.2015