



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

STİK KABAK

3 adet kabak
3 orba kaşığı zeytinyağı
1 ay kaşığı tuz
Üzeri için:
3 adet domates
2 orba kaşığı zeytinyağı
1 ay kaşığı tuz

Kabaklar soyulur, yarım kalem boyunda doğranır. Zeytinyağında gevşeyene kadar kavrulur, biraz tuz serpilir. Domatesler rendelenir, tuz, ezilmiş sarımsak ve zeytinyağı eklenir, bir taşım pişirilir. Kabak servis tabağına alınır, üzerine gezdirilir.