



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SULU KABAK

4 adet kabak
1 adet soğan
1 çorba kaşığı salça
1 çorba kaşığı un
1 tatlı kaşığı tuz
Kızartma yağı
4 su bardağı su
1 çorba kaşığı kuru nane

Kabakların kabukları kazınır ve kuşbaşı büyüklüğünde doğranır. Bol sıvı yağda kızartılır. Soğan çok ince kıyılır, az sıvıyağda kavrulur. Un ve tuz eklenir,,. Sonra soğuk su ilave edilir. (unun topaklaşmaması için) Su kaynayınca kızarmış kabaklar atılır, bir taşım pişirilir. Ateşten almadan hemen önce kuru nane serpilir.