



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURTLU BAL KABAĞI EZMESİ

500 Gr. Tatlı bal kabağı
500 Gr. Süzme yoğurt
2 Diş sarımsak
4 Yemek kaşığı yağ
Tuz
Yarım demet dere otu
Pul biber
Sumak
Kekik
2 yemek kaşığı mayonez

Kabağı rendeleyin, sarımsağı içine doğrayın, 2 yemek kaşığı yağı tencereye koyup kabakları rengi dönene kadar kısık ateşte kavurun, baharatlarını tuzunu ekleyerek soğumaya bırakın.
Kalan iki yemek kaşığı yağı yoğurt ve mayonez ile karıştırarak çırpın.
Soğuyan kabağı harmanlayın, üzerini dere otuyla süsleyerek servis yapın.

