



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURTLU KABAK SALATASI

4 kişilik
1 kg kabak
3 çorba kaşığı zeytinyağı
Yarım su bardağı dövülmüş ceviz
Yarım su bardağı lor peyniri
1 çay kaşığı nane
250 gram yoğurt
3 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı tereyağı
tuz
1'er çay kaşığı pulbiber, kekik

Kabakları yıkayıp, kabuklarını soyun. Rendeden geçirin. İyice suyunu sıkın. Zeytinyağında kabağı, naneyle birlikte kavurun. Kabaklar suyunu bırakıp çekince tuzunu katın. Ateşten alıp, ılınmaya bırakın. Dövülmüş ceviz ve lor peynirini salataya ekleyin. Sarımsağı dövüp, yoğurtla karıştırın. Salataya ilave edin. İyice karıştırın. Servis tabağına alın. Ayrı bir yerde tereyağını eritin. Pulbiber ve kekiği yağda kavurup, salatanın üzerine gezdirin.