



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YUNAN USULÜ KABAK KIZARTMASI

2 adet kabak
1 su bardağı un
1 çay kaşığı tuz
1 şişe maden suyu
1 su bardağı zeytinyağı

Kabakların kabuklarını incecik soyup çok ince halka şeklinde doğrayın. Ama çok ince olmasına dikkat edin. Bir kaseye un ve tuzu ekleyin. Üzerine maden suyunu yavaş ekleyin ve çırpma teliyle çırpın. Yoğun boza kıvamında bir hamur elde edin. Hamura ince dilimlenmiş kabakları ekleyin ve karıştırın. Bir süre dinlendirin. Bir tavaya yağ koyun ve iyice kızdırın. Yağın içine soslu kabak dilimlerini ilave edin ve iki tarafını da nar gibi olana kadar kızartın. Yanına sarımsaklı naneli yoğurt çok yakışacaktır.