



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI DİYET KABAK

4 adet kabak
10 dal taze soğan
2 yemek kaşığı zeytinyağı
4-5 dal kıyılmış dereotu

Hazırlanışı

Kabakları küp küp doğrayın, taze soğanları kibrit çöpü uzunluğunda kesin, tencereye önce zeytinyağı üzerine taze soğanları en üste de kabaklar gelecek şekilde dizin. Kısık ateşte 15-20dk pişirin. Servis tabağına alın ve üzerini dere otu ile süsleyin.