



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAK İMAM BAYILDI

1 kg kabak
3 adet domates
1 demet maydanoz
1 tatlı kaşığı nane
4 adet soğan
6 diş sarımsak
1 çay bardağı sıvıyağ
tuz
karabiber

Kabakların kabuğu kazınır ve bıçakla karınlarında boyuna yarıklar açılır. Kızgın yağda her yeri iyice kızarana kadar kızartılıp çıkarılır.

Soğanlar halka halka doğranıp yağda kavrulur. Küçük doğranan domates ve sarımsaklar ilave edilip pişirilir.

Kıyılmış maydanoz ve nane ilave edilip ateşten alınır. Tuz ve karabiber koyup karıştırılır.

Hazırlanan iç kabaklara doldurulup bir tencerenin içine yerleştirilir. Yumuşayıncaya kadar pişirilir.