



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI KABAK

3 çorba kaşığı zeytinyağı
1 adet soğan
1 adet domates
2 adet büyük kabak
4 diş sarımsak
Yeterince tuz
1,5 çorba kaşığı pirinç
Yarım demet ince kıyılmış dereotu

3 çorba kaşığı zeytinyağını tencerede kızartalım. Soğanı yemeklik doğrayıp, yağın içine atıp, karıştırarak kavuralım. 1 adet domatesi küp küp doğrayalım. Tencereye ilave edelim. Kısık ateşte domatesler eriyinceye kadar birkaç dakika pişirelim. 2 adet kabağı halka halka doğrayalım. 4 diş dövülmüş sarımsak ve tuzu tencereye ilave edelim. Pişmesine yakın, pirinci eklemeyelim. Arada sırada karıştırarak kısık ateşte pişirelim. Ateşten aldıktan sonra bir saat soğutalım. Servis tabağına alıp, dereotu ile süsleyelim.

