



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## ZEYTİNYAĞLI KABAK

1 kg kabak  
1/2 demet taze soğan  
3 domates  
1/2 su bardağı zeytinyağı  
1 demet dereotu  
1 limonun suyu

Kabakları yıkayıp, ortadan ikiye bölün, sonra da her parçayı dörde bölün. Bir tencerenin içine dizin. Taze soğanları temizleyin, ince kiyin, domatesleri blendırdan geçirin, limonu sikin. Soğan, domates, zeytinyağı, limonun suyu, seker ve tuzu iyice karıştırın, kabakların üzerine yayın. Tencerenin kapagini kapatıp, kısık ateşte, kabaklar yumusayana kadar pisirin. Ocagi kapattıktan sonra, dereotunu ince kiyin, yemege karıştırın. Soguk servis yapın.

[ML® Zeytinyağılı Kabak için tıklayın](#)