



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ZEYTİNYAĞLI KABAK

1 kg. kabak  
2 adet orta boy domates  
5-6 diş sarımsak  
2 adet kırmızı biber  
2 adet orta boy soğan  
2 çay bardağı zeytinyağı  
2 adet kesmeşeker  
1 su bardağı sıcak su  
Yarım demet dereotu  
Tuz

Kabakları soyun ve doğrayın. Bir tencereye dizin, üzerine küp küp doğranmış domates ve ince kıyılmış sarımsakları koyun. Doğranmış kırmızı biber ve soğanları da ilave edin. Zeytinyağı, kesmeşeker, tuz ve suyu da ekleyip, 10 dakika harlı ateşte pişirin. Daha sonra kısık ateşte suyunu tamamen çekene kadar pişirin.