



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ZEYTİNYAĞLI KABAKLI KİMYONLU MERCİMEK

Malzemeler :

Kabak 4 Adet  
Komili Sızma Zeytinyağı 4 Yemek Kaşığı  
Yeşil mercimek 1/2 Su Bardağı  
Kuru soğan veya Arpacık soğan 1 Adet  
Su 2 Su Bardağı  
Kimyon 1 Tatlı Kaşığı  
Sarımsak 2-3 Diş  
Kuru nane 1 Çay Kaşığı  
Limonsuyu 1 Adet  
Tuz - karabiber  
Dereotu 1/2 Demet  
Süslemek için :  
Kırmızı yağ biberi

YAPILIŞI:

- 1- Bir gün önceden ıslattığınız mercimekleri, ıslattığınız su ile haşlayınız. (Kuru baklagilleri haşlarken sertleşmemesi için, içine tuz ilave etmeyin.)
- 2- Kabakların kabuklarını soyup, halka halka doğrayınız.
- 3- Kuru soğanı piyazlık doğrayıp veya Arpacık soğanların kabuklarını soyduktan ortadan ikiye kesiniz. Sarımsakları kıyınız.
- 4- Tencerede Komili Sızma zeytinyağını kızdırıp, içine doğranmış soğanları ilave edip, soğanlar pembeleşinceye kadar sote ediniz.
- 5- Kabakları ilave edip, kavurunuz.
- 6- Kimyonu, kuru naneyi, Tuz ve karabiberi ekleyip tatlandırınız.
- 7- Bir kaç kere kabakları karıştırıp, suyu ilave ediniz.
- 8- Kabaklar yumuşayınca haşladığınız mercimekleri ekleyip, bir taşım kısık ateşte pişiriniz.
- 9- Bir kasede limon suyunu ve sıkılmış sarımsakları karıştırın.
- 10- Yemeği ateşten indirmeden hazırladığınız terbiyeyi ekleyip, karıştırın ve ateşten indirin.
- 11- Dereotunu ayıklayıp, kıyınız. Kırmızı yağ biberlerinin tohumlarını çıkarıp, ince şeritler halinde doğrayınız.
- 12- Servis tabağına aldığınız kabaklı mercimeğin üzerini kıyılmış dereotu ve doğranmış kırmızı yağ biberleri ile süsleyip servis yapınız.