



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI MANTARLI KABAK

- 4 kabak
- 1 soğan
- 1 su bardağı doğranmış mantar
- 2 kırmızı dolmalık biber
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- 3 diş sarımsak
- Yarım demet dereotu
- 1 çorba kaşığı kuş üzümü

Kabakları ortadan ikiye bölün, içlerini oyun ve bir miktar zeytinyağı sürüp 200 derecedeki fırında 10 dakika pişirin. Soğanı, mantarı, biberi, sarımsağı zeytinyağında beş dakika kavurun, kıyılmış dereotunu ekleyin. Çok az su ilave ederek bu harcı kabakların içlerine paylaşın, yaklaşık 20 dakika pişirin. Üzerine kuş üzümü serpip servis tabağına dizin. Ilık ya da soğuk olarak servis yapın.