



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

FIRINDA KABAK KIZARTMASI



1 kg kabak
1 kahve fincanı zeytinyağı
Yarım tatlı kaşığı pul biber
1 tatlı kaşığı tuz
zeri için:
1 kase sarımsaklı yoğurt

- # Kabaklar soyulur. Ortadan ikiye kesilir. Boyuna yarım santim kalınlığında doğranır.
- # Zeytinyağı, tuz ve pul biber bir kasede karıştırılır.
- # Tepsiyeye yağlı kağıt serilir. Yağlı karışımdan fırçayla sürülür.
- # Sonra kabaklar yađlı tepsiye dizilir.
- # Üzerlerine kalan yağlı karışım sürülür.
- # Önceden ısıtılmış 190 derece fırında 35-40 dakika pişirilir.
- # Servis tabağına aktarılır.
- # zerine sarımsaklı yoğurt gezdirilir.

Not: Bu tarifte ısının dengeli dağılması için özellikle metal tepsi kullanılması tavsiye edilir.