

Aksaray Susamlı Kabak Sote

Toplam 20 dk

Hazırlama 10 dk · Pişirme 10 dk

4 kişilik

Kolay

~134 kcal

Açılış 4/10

Aksaray susamlı kabak sote, kabağın sarımsak ve susamla tavada çevirerek hafif çubuklu bir sebze tabağı hazırlar.

Malzemeler

- 4 adet Kabak
- 2 diş Sarımsak
- 1 yemek kaşığı Susam
- 1 yemek kaşığı Zeytinyağı

Yapılış

- Kabakları mayı doğrayıp sarımsağı ince kıyın.
- Zeytinyağında sarımsağı 20 saniye çevirin, ardından kabağı ekleyin.
- Kabaklar ırtta yüksek ateşte 5-6 dakika canlı kalacak kadar soteleyin.
- Susam ekleyip 1 dakika daha çevirin, aromasını alın.
- Yemeği sıcakta servis edin.

PÜF NOKTASI

Susamın sonda eklemek yanmasını önler.

SERVIS ÖNERİSİ

Geniş servis tabağında üstüne sızmaz zeytinyağı ve limon kabuğu rendesi gezdirerek ılımlı servis edin.

Alerjenler

Susam