

Sinkonta

Toplam 38 dk

Hazırlama 12 dk · Pişirme 26 dk

4 kişilik

Kolay

~132 kcal

Açılış 4/10

İzmir sinkonta, kabağ soğan ve salçayla ağ ağ pişirerek hafif tatlı yumuşak dokulu ve ev tipi bir sebze yemeği çıkarır.

Malzemeler

- 600 gr Balkabağı
- 2 adet Soğan
- 1 yemek kaşığı Domates salçası
- 2 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 0.5 su bardağı Su
- 2 diş Sarımsak
- 0.8 çay kaşığı Tuz

Yapılış

1. Kabağı dilimleyin, soğan piyazlı doğrayın.
2. Soğan zeytinyağında 5 dakika çevirin.
3. Salça ve sarımsak ekleyip 2 dakika kavurun.
4. Kabakları tavaya alınsosla kaplayın.
5. Kısık ateşte 18 dakika pişirin, kabaklar fazla karışmasın.

PÜF NOKTASI

Kabağı doğramak uzun pişirmede tamamen erimesini önler.

SERVİS ÖNERİSİ

Soğuk bekletip ertesi gün derin tabağa alıp üzerine taze fesleğen yaprağı ekleyerek servis edin.