



Sinkonta Courgette

Kabak Sinkonta



6 courgettes
2 oignons
6 gousses d'ail
1 cuillère à soupe pleine de pâte de tomate
½ tasse d'huile d'olive
½ tasse d'eau
1 cuillère à soupe de jus de citron
1 cuillère à soupe de vinaigre
1 cuillère à soupe de farine
1 cuillère à café de flocons de piment rouge
1 cuillère à café de sel

Lavez les courgettes puis rasez la peau. Coupez en rond à l'épaisseur d'un centimètre.

Huilez un petit plat de cuisson puis placez les courgettes.

Coupez les oignons en demi-cercle. Coupez les ails finement. Rajoutez du sel puis mélangez jusqu'à qu'ils se détendent. Placez sur les courgettes.

Mélangez dans un autre bol, de la pâte de tomate, de l'huile d'olive, du jus de citron, du vinaigre, de la farine, de l'eau et du flocon de piment rouge. Versez sur les courgettes.

Placez la plat au four préchauffé à 190 degrés. Faites cuire environs 40 minutes.

Servez tiède.

N-B; Cette recette appartient à Izmir. Dans d'autre région d'Egée, cette recette est préparé avec des citrouilles.