

تخمه های کدو تنبل را با کمک یک قاشق درآورید و آن ها را خوب بشویید تا ریشه های اضافی از تخمه کنده شود.



تخمه ها را سه روز بگذارید تا خشک شود و رطوبتی نداشته باشد. اگر تخمه ها را تازه به تازه تفت بدهید، پوستش می سوزد و مغز تخمه خام می ماند.



تخمه ها را با کمک یک بزرگ تر روی اجاق گاز ۱۰ دقیقه با شعله کم تفت دهید و هی تخمه ها را هم بزنید.



وقتی تخمه ها یکی یکی شروع به ترق ترق صدا درآوردن و دهان گشودن کرد، نمک و آب و آبلیمو را با هم مخلوط کنید و روی تخمه ها بریزید و هی تخمه ها را با قاشق هم بزنید تا آبش خشک شود. بفرمایید این هم یک تخمه کدوی خانگی خوش مزه.