



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

YOĞURTLU HAVUÇ SALATASI

1 orta boy havuç
1 su bardağı yoğurt
1 diş sarımsak
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı tuz

Havucu rendeleyiniz. Ezilmiş sarımsak, yoğurt, zeytinyağı ve tuz katıp karıştırınız. Salata tabağına yerleştirip zevke göre süsleyiniz.