



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

CACIK

Ümit Usta

1 kg. yoğurt
4 adet salatalık
1/2 su bardağı su
1/2 demet taze nane veya 1 çorba kaşığı kuru nane
6 diş sarımsak
Tuz

Salatalıkların kabuklarını soyalım. Bunları, bir kaseye tavla zarından daha küçük küpler halinde doğrayalım. Sarımsakları da biraz tuzla dövüp, salatalıklara ilave edelim.

Kaymağı alınmış yoğurdu, çatalla veya telle iyice çırparken, azar azar 1/2 su bardağı su döküp, yoğurda yedirelim.

Salatalıkları ve sarımsakları, yoğurda ilave edelim. Hepsini beraber, tekrar karıştıralım

Kaselere paylaşırıp, üzerine 1 çorba kaşığı sıvıyağ ile varsa kıydığımız taze nane yoksa kuru nane serpererek, servis yapalım.

Not: İsteyenler, sumak veya kırmızı pul biber de serpebilirler.