



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAVUÇLU KABAK SALATASI

- 3 adet havuç
- 1 adet kabak
- 2 yemek kaşığı margarin
- 1 çay bardağı süzme yoğurt
- 2 diş sarımsak
- 1 çay bardağı dövülmüş ceviz
- 1 tatlı kaşığı Kırmızı pul biber
- 1 tatlı kaşığı Tuz

Havuç ve kabağı rendeleyin. Ayrı tencerelerde sana yağı ile 10 dakika pişirin. Soğumaya bırakın. Yoğurda sarımsak rendeleyip çırpın. Havuç, kabak ve cevizi içine ekleyin. Tuz ve pul biber ilave edin ve servis tabağına aktarın. Üzerine dereotu ve ceviz serpiştirerek servis yapın.

