



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARNABAHAH SALATASI

1 adet karnabahar
2-3 diş sarımsak
1.5 su bardağı yoğurt
Tuz
Kuru nane
Pul biber

Karnabaharı çiçeklerine ayırıp haşlayın. Sarımsakları tuzla dövüp, yoğurda ekleyin ve karıştırın. Haşladığınız karnabaharın üzerine sarımsaklı yoğurdu dökün. Üzerine zeytinyağı gezdirin, kuru nane ve pul biber serpin. (karnabaharı kaynar suya salarsanız 5-10 dakika yeterli ama soğuk suya olursa süre biraz daha uzar)
