



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU SEBZE PÜRESİ

<https://www.elele.com.tr>

- 1 küçük havuç
- ½ Adet kırmızı biber
- 2 kaşık yoğurt
- 1 diş taze sarımsak
- 1 kaşık zeytinyağı

Havucu rendeleyin, biberi ince doğrayın, zeytinyağında pişirin. Sarımsağı rendeleyip yoğurda karıştırın. Gerekirse tüm malzemeyi tekrar robottan geçirin.

