



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURTLU SEMİZOTU SALATASI

500 gram semizotu
500 gram süzme yoğurt
Az zeytinyağı
5 diş sarımsak
Tuz

Semizotunu ayıklayın. Yıkayıp ufak ufak doğrayın ve yoğurda karıştırın. Sarımsağı tuzla ezin. Zeytinyağını da koyun. Nefis iştah açıcı bir salataadır.

[ML® Semizotlu Makarna için tıklayın](#)