



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

APARATİF GARNİ

- 1 kase süzme yoğurt
- 1 adet havuç
- 1 diş sarımsak
- 1 çay bardağı haşlanmış yeşil mercimek
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 kahve fincanı zeytinyağı
- 1 kahve fincanı su

Yoğurt, su, tuz ve zeytinyağı bir araya getirilir ve çok iyi bir şekilde çırpılır. Üzerine suyu süzölmüş mercimek, ezilmiş sarımsak rendelenmiş havuç eklenir. Biraz daha karıştırılır. Küçük kaselere taksim edilir.