



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ATOM SALATA

2,5 su bardağı süzme yoğurt
2 diş ezilmiş sarımsak
1 çay kaşığı tuz
6 adet kurutulmuş arnavut biberi
2 yemek kaşığı tereyağı
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1/4 çay kaşığı toz kırmızı biber

Bir kasede ezilmiş sarımsak, tuz ve süzme yoğurdu güzelce karıştırın.

Ayrı bir tavada sıvı yağ ve tereyağını eritin.

Kurutulmuş arnavut biberlerini doğrayın ve erittiğiniz sıvı yağ ve tereyağının içerisine aktarın. Üzerine kırmızı toz biberi de ekleyip karıştırın.

3-4 dakika kadar yağın kızmasını bekledikten sonra ocaktan alın.

Yoğurda servis tabağında kaşık yardımıyla şekil verin ve üzerine biberli yağ karışımını döküp servis edin.