



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

AVOKADOLU DİP SOS

Canan Talay

2 adet olgun avokado
1 yemek kaşığı süzme yoğurt
2 diş sarımsak
2 yemek kaşığı limon suyu
2 yemek kaşığı zeytinyağı
Tuz
Karabiber

Avokadoları bıçakla ortadan ikiye bölün. Çekirdeğini çıkartıp içini kaşık yardımıyla çıkartın. Derin bir kasede avokadoları çatal yardımı ile güzelce ezin. Tuzla ezdiğiniz sarımsağı, limon suyunu, zeytinyağını, yoğurdu ilave edip tekrar karıştırın. Servise hazır hale getirin.

Not: İsterseniz, çok küçük doğradığımız yeşil soğan ya da kuru kırmızı soğan, ya da kırmızı biber ilave edebilirsiniz.

