



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

AYRANLI MAKARNA

1 paket makarna
Yarım bardak ayçiçek yağı
500 gram yoğurt
Maydanoz
Tuz
4 diş sarımsak

Makarnayı haşlayıp soğutun. Bir kaba dökün. Sarımsakları tuzla ezip yoğurdu çırpın. Maydanozu doğrayıp sulandırın. Makarnayı ayranın içine dökün ve soğuk yiyin.