



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BAHAR SALATASI

500 gr. semizotu  
Yarım demet dereotu  
1-2 diş dövülmüş sarımsak  
1 bardak yoğurt  
1 çorba kaşığı zeytinyağı  
Yarım demet maydanoz  
Yarım demet nane  
1 büyük domates  
1 büyük salatalık  
Tuz

Semizotunu yıkayıp doğrayın. Domates ve salataları ince ince doğrayın. Dereotu, maydanoz ve naneyi kıyın. Büyük bir salata tabağına semizotu, soğan, domates, salata, maydanoz, dereotu, nane, tuz, yağ koyup karıştırın. Ezilmiş sarımsağı yoğurtla karıştırarak salatanın üzerine dökün.

---