



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BARATOR

- 1 ay bardađı badem
- 2 dilim bayat ekmek
- 2 orba kaşığı yoğurt
- 1 diř sarımsak
- 1 kahve fincanı zeytinyağı
- 1 ay kaşığı tuz
- 1 ay kaşığı pul biber

Bademler rondodan geçirilerek toz haline getirilir. Ekmek içi, sarımsak, zeytinyağı ve yoğurt da ayrıca rondodan geçirilir. Hazırlanan malzemeler bir araya getirilir. Tuz ve pul biber ilave edilir. Güzelce karıştırılır. Ekmek dilimlerinin üzerine sürülür.