



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BROKOLİ SOSLU SPAGETTİ

Yarım kg. brokoli
1 ay kaşığı tuz
1 paket spagetti makarna
200 gr. yođurt
4 diř sarımsak
1 ay bardağı zeytinyağı
Yarım limonun suyu

Brokolileri tel süzgeç içine koyun ve kaynayan tuzlu suda 3-4 dakika haşlayın. Süzgele beraber sudan çıkarın ve renginin bozulmaması için soğuk suyun içine koyun. Brokoliyi pişirdiğiniz suya makarnaları atıp, ara sıra karıştırarak 10 dakika pişirin. Bir kaptta yoğurdu, dövölmüş sarımsakları, ince doğranmış brokoliyi, zeytinyağı ve limon suyunu ekleyerek karıştırın. Spagettiyi servis tabağına aktarın, üzerine yoğurtlu brokoliyi dökün.