



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## BUĞDAYLI CACIK

1 ay bardađı aŐurelik buđday  
1 kase süzme yođurt  
1 ay bardađı su  
2 diş sarımsak  
Yarım demet dereotu  
1 tatlı kaŐığı tuz  
4 orba kaŐığı zeytinyağı

Buđday haŐlanır, suyu süzülür. Yođurt, tuz, sarımsak ve su iyice çırpılır. Dövülmüş sarımsak, kıyılmış dereotu, zeytinyağı eklenir, iyice karışırılır. Kaselere paylaşırılır.

---