



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## CACIK

4 adet orta boy hıyar veya 1 adet marul  
1 tatlı kaşığı tuz  
1/4 fincan zeytinyağı  
1 kaşık nane  
Yarım demet dereotu  
1/2 kilo yoğurt  
3 diş sarımsak

Hıyarlar soyulduktan sonra rendenin iri tarafından geçirilip çukur bir kâseye konur ve üzerine tuz ilâve edilip 15 dakika kadar dinlendirilir. Sonra yoğurt çatalla iyice dövülüp bir bardak kadar su ilâvesi ile sulandırılıp kâsedeki hıyarlara ilâve edilerek iyice karıştırılır. Sarımsak çentilerek üstüne konur veya yoğurt ezilirken de katılabilir. Bundan sonra nane veya arzu edilirse ince kıyılmış dereotu serpilip zeytinyağı gezdirilerek sofraya konur.

[ML® Cacik \(görsel\)](#)