



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ELMALI SEMİZOTU SALATASI

1 yarım demet semizotu  
1 adet yeşil elma  
1 limon  
Yarım çay bardağı zeytinyağı  
1 adet beyaz soğan  
2 diş sarımsak  
200 gram süzme yoğurt

Semizotunu yıkayıp süzün ve ince ince kıyın. Elmaları, soğanı ve sarımsağı küp şeklinde doğrayın. Hepsini derin bir kabın içinde harmanlayıp üzerine limon suyu ve zeytinyağı gezdirin. Daha sonra süzme yoğurdu bir miktar çırpıp üzerine ekleyerek hepsini karıştırın. Servis tabağına aktarın. Lezzetine doyamayacağınız farklı bir salata olarak sunabilirsiniz.