



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## HAFİF KEREVİZ CACIĞI

1 adet kereviz  
4 orba kaşığı diet yoğurt  
1 fiske tuz  
1 diř sarımsak  
2 orba kaşığı su

Kereviz soyulur, rendelenir. Yođurt, tuz ve su çırpılır, ezilmiş sarımsak ve kereviz eklenir, karıştırılır.

---