



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAFİF SALATA

Malzemesi

5 orta boy patates

5 havuç

1.5 su bardağı zeytinyağı

1 su bardağı yoğurt

1 demet maydanoz

1 limon

1 diş sarımsak

Hazırlanışı:

Patatesleri haşlayıp soyduktan sonra püre haline getirin. Zeytinyağı, tuz ve limon ile patates püresini iyice karıştırıp ısıya dayanıklı cam kaba serin. Havuçları rendeleyip bir çay bardağı zeytinyağı ve bir tutam tuz ile kızartın. Karışımı patates püresinin üzerine dökün. En üste sarımsaklı yoğurdu dökün, maydanoz ya da dereotu ile süsleyerek servis yapın.