



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAVUÇ KABAK TARATOR

2 adet havuç – rende
3 yemek kaşığı zeytinyağı
Tuz
Karabiber
2 adet kabak – rende
4 – 5 yemek kaşığı süzme yoğurt
1 – 2 diş sarımsak
½ su bardağı ceviz – iri kıyılmış
4 – 5 dal dereotu

Tavanızı ocağa alın ve ısıtın.
Isınan tavanızın içerisine zeytinyağı ve rendelenmiş havucu ilave edip soteleyin.
Hafif tuz ve karabiber ilave edip karıştırın.
Havuç hafif sotelenince rendelenmiş kabakları ilave edip sotelemeye devam edin.
Hafif tuz ve karabiber ilave edip karıştırın.
Yoğurdu bir karıştırma kabına alın.
Üzerine tuz, karabiber ve sotelediğiniz sebzeleri alıp karıştırın.
Ezilmiş sarımsak, iri kıyılmış ceviz ve ince kıyılmış dereotunu ilave edip karıştırın.
Hazır olan salatanızı servis edeceğiniz tabağa alın ve soğuk servis edin.

