



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## HAVUÇ SALATASI

4 su bardağı rende havuç  
3 su bardağı süzme yoğurt  
3-4 diş sarımsak  
Tuz  
Karabiber

Havucu teflon tavada öldürene kadar pişirin. Soğuduktan sonra sarımsaklı yoğurdu, tuzu, karabiberi ekleyin.

[ML® Buhar Salatası için tıklayın](#)

---