



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## HAVUÇLU TARATOR (HATAY)

Hatay Valiliği  
Hatay Mutfak Kültürü ve Yemekleri  
Dr. Kadriye ŞAHİN

Havuç  
Süzme yoğurt  
Zeytinyağı  
Sarımsak

Havuçların kabukları soyularak kalınca rendelenir. Zeytinyağında sararıncaya kadar hafif kavrulur. Sarımsaklar ezilir ve süzme yoğurta eklenir. Kavrulan havuçlar yoğurtun üzerine eklenir ve iyice karıştırılır. Üzeri maydanozla süslenir ve servis yapılır. İsteyenler dövülmüş ceviz ekleyebilirler. Ayrıca isteyenler havucu rendeledikten sonra yumuşayınca kadar haşlayarak hazırlayabilirler.