



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAVUÇ TARATOR

4 adet orta boy havuç
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 su bardağı süzme yoğurt
2 diş sarımsak (ezilmiş)
1 yemek kaşığı mayonez (isteğe bağlı)
Tuz
Üzeri için ceviz içi veya taze dereotu (isteğe bağlı)

Havuçları güzelce yıkayın ve kabuklarını soyduktan sonra renderin iri kısmıyla rendeleyin. Zeytinyağını bir tavada ısıtın ve rendelenmiş havuçları ekleyin. Orta ateşte havuçlar yumuşayana kadar, yaklaşık 8-10 dakika kavurun. Havuçların diriliğini kaybetmeden yumuşak hale gelmesini sağlayın, ardından ocaktan alıp soğumaya bırakın.

Bir kasede süzme yoğurdu, ezilmiş sarımsakları, tuzu ve isteğe bağlı olarak mayonezi karıştırın. Mayonez, taratorun daha kremamsı olmasını sağlar ancak yoğurtla da harika bir kıvam elde edebilirsiniz. Soğuyan havuçları yoğurtlu karışıma ekleyin ve iyice karıştırın.

Havuç taratoru servis tabağına alın ve üzerini ceviz içi veya taze dereotu ile süsleyerek servis edin. Soğuk olarak servis edilen bu lezzet, mezelerin vazgeçilmezi olacaktır.
