



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAVUÇLU VE CEVİZLİ SALATA

4 adet havuç
1 su bardağı ceviz içi
3 su bardağı süzme yoğurt
Yeterince tuz
Yarım demet dereotu
2 diş sarımsak

Havuçların kabuklarını temizledikten sonra rendeleyin ve tavada hafifçe soteleyin. Ceviz içlerini ufalayın. Dereotunu minik minik doğrayın. Sarımsakları ezin. Havucu, ceviz içini, yoğurdu, dereotunu ve sarımsakları bir kasede karıştırın. Tüm malzeme birbirine karıştıktan sonra iyice soğuması ve dinlenmesi için buzdolabına kaldırın. Servisten önce; uygun bir servis tabağına alın ve dereotu yaprakları ile süsleyin.
