



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HIYARLI SEMİZ SALATASI

- 1 adet salatalık
- 1 demet semizotu
- 1 kase yoğurt
- 2 diş sarımsak
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı pul biber
- 4 çorba kaşığı zeytinyağı

Salatalık kabuklu olarak rendelenir. Semizotu elle koparılır bir kaba aktarılır. Üzerine sarımsaklı yoğurt, tuz, pul biber ve zeytinyağı bırakılır, karıştırılır.