



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İŞTAHLI YOĞURT

4 orba kaşığı süzme yoğurt
1 adet orta boy havuç
1 diř sarımsak
Yarım demet dereotu
1 kahve fincanı zeytinyağı
1 ay kaşığı pul biber
1 ay kaşığı tuz

Süzme yoğurt, zeytinyağı, tuz ve pul biber çatalla pürüz kalmayana kadar çırpılır. Üzerine ezilmiş sarımsak, kıyılmış dereotu ve ince rendelenmiş havuç ilave edilir. Güzelce karıştırılır, sofraya getirilir.
