



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAKLI CEVİZLİ SALATA

1 kilo kabak
Yarım kilo havuç
1 su bardağı kırık ceviz
3 çorba kaşığı mayonez
1.5, 2 su bardağı süzme yoğurt
2 diş sarımsak
Yarım demet dereotu
3 çorba kaşığı sıvıyağ
1,5 tatlı kaşığı tuz

Kabakların dışını tum soymadan yeşil kalacak şekilde soyup rendeliyoruz. Havuçları da aynı şekilde rendeliyoruz. Kabak ve havuç rendesini sıvıyağ ile suyunu çekip pişine kadar tencerede pişiriyoruz. Soğuması için ocağın altını kapatıyoruz. Diğer tarafta sarımsakları temizleyip eziyoruz. Sarımsakları yoğurt ve mayonezle karıştırıp, soğuyan karışıma ekliyoruz. İçine ince doğranmış dereotunu, cevizi ve tuzu ekleyip harmanlıyoruz. Servis tabağına alıp süslüyoruz ve buzdolabında 1-2 saat soğumasına bekliyoruz, sonrasında muhteşem bir salata oluyor.