



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## KARNİBAHAR SALATASI

Küçük bir karnabahar  
1.5 su bardağı yoğurt  
1 diş sarımsak  
2 yemek kaşığı mayonez  
Yarım su bardağı iri kırılmış fındık  
Birkaç dal dereotu  
1 tatlı kaşığı tuz

Karnabaharı fındık büyüklüğünde koçanlarına ayırın. Yoğurdu, mayonezi ve kullanıyorsanız sarımsağı karıştırın. Karnabaharı ve fındığı bu karışıma ekleyin. Dereotuyla süsleyerek servisten hemen önce tuzunu serpin.

Not: Tuzu önceden serperseniz yoğurt sulanır.