



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MARUL CACIĞI

Büyük bir kase süzme yoğurt
Küçük bir demet marul
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı pul biber
3 adet zeytin
2 diş sarımsak

Yıkanmış marulları ince ince doğrayın.
Süzme yoğurdu krem haline gelene kadar kaşıkla ezin, sarımsak ve tuzla karıştırın.
Doğranan marulları yoğurda ilave edin.
Servis yapacağınız tabağa dökün.
Üzerini bir miktar zeytinyağı, pul biber ve zeytinle süsleyerek servis yapın.

