



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MATAH CACIK

- 1 kase süzme yoğurt
- 1 adet kırmızı turp
- 1 diş sarımsak
- 2 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay bardağı su

Turp iyice yıkanır, alacalı soyulur. İri rendelenir, süzgece konur, suyunun biraz süzülmesi için yarım saat kadar bekletilir. Yoğurt, su, ezilmiş sarımsak, tuz ve zeytinyağı kaymak gibi olana kadar çırpılır. Suyu süzölmüş turp ilave edilir, karıştırılır. Minik çanaklara konur.