



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## PATATES NAZİK

2 adet orta boy patates

200 gr kıyma

1 diş sarımsak

4 çorba kaşığı süzme yoğurt

1 çay kaşığı tuz

Üzeri için:

1 çorba kaşığı tereyağı

Kıyma yağsız olarak kavrulur. Patates haşlanır, soyulur ve iri rendelenir. Sarımsak ezilir. Yoğurt ve tuz iyice çırpılır. Patates, kıyma ve sarımsak ilave edilir. Alt-üst ederek karıştırılır. Servis tabağına konur. Üzerine kızdırılmış tereyağı gezdirilir.