



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PINAR SEMİZOTU SALATASI

2 demet semizotu (sadece yaprakları kullanılacak)

1 su bardağı iri çekilmiş ceviz içi

SOS İÇİN;

200 g Pınar Labne

2 yemek kaşığı tepeleme mayonez (light mayonez de kullanabilirsiniz)

3 diş dövülmüş sarımsak

1 adet limonun suyu

2 çay kaşığı tuz, kırmızı pul biber

1 yemek kaşığı kuru nane

Zeytinyağı

Semizotunun yapraklarını saplarından ayırın. Yaprakları iyice yıkayıp süzülmesini bekleyin.

Diğer taraftan, sosu hazırlamak için; Pınar Labne'yi derin bir kaba koyun. İster mayonez, ister tahin ekleyip tel çırpıcı yardımıyla iyice çırpın.

Dövülmüş sarımsak, limon suyu, tuz, pul biber, nane ve sıvıyağı ilave edin. Tel çırpıcı yardımıyla iyice çırpın.

Ceviz içini ekleyip kaşıkla karıştırın.

Hazırladığınız sosu süzölmüş olan semizotu yapraklarının üzerine gezdirip çatalla karıştırın. (semizotunu ezmeye özen gösterin)

Üzerini bütün haldeki ceviz ve isterseniz konserve mısırla süsleyerek servise sunun.

