



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEMİZOTLU CACIK

Yarım demet semizotu
2 adet salatalık
2 bardak yoğurt
2 bardak su

Semizotunu ince ince kıyın. Salatalığı minik minik doğrayın. Su ve yoğurdu bir kaptaki iyice çırpıp sebzeleri ekleyin.

