



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SEMİZOTLU CACIK

150 g Semizotu  
2 Su Bardağı Konserve Nohut  
2 Diş Sarımsak  
1 Tutam Kurunane  
İsteğe Bağlı Zeytinyağı

Semizotunun kök kısımları ayıklayalım. Sarımsakları havanda dövüp yoğurda ekleyelim. Yoğurda çok az su ilave edip koyu ayran kıvamını alana kadar çırpalım. Semizotunu, ince ince doğrayıp nohutla birlikte yoğurda ekleyelim. Üzerine zeytinyağı gezdirip bir tutam nane ile süsleyelim.

---