



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEMİZOTU SALATASI (ISPARTA)

Isparta İl Kùltür ve Turizm Mùdùrlùğü

1 Demet Semizotu
1 Kase Sùzme Yoğurt
1 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
Tuz

Semizotu ayıklanarak iyice yıkanır. Elle küçük parçalara ayrılarak bir kase nin iç erisine alınır. Yoğurt, sıvıyağ ve tuz başka bir kabın içinde karıştırılarak, semizotunun üzerine dökülür. Tekrar karıştırıldıktan sonra servis yapılır.

Not: Yaz aylarında serinlemek amacıyla makarna ve pilav gibi yemeklerin yanında yenilir.

