



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEMİZOTU SALATASI

- 1 demet semizotu
- 2 adet közlenmiş kırmızıbiber
- 1 yeşil elma
- 1 su bardağı yoğurt
- 3 diş sarımsak

Semizotunu iyice yıkayın. Yaprak kısımlarını elinizle kopartıp bir kabın içine alın. Yeşil elmayı da yıkayın, kabuklarıyla birlikte küp şeklinde doğrayın. Semizotunun üzerine ekleyin. Diğer bir kabın içinde sarımsaklı yoğurt hazırlayın. Közlenmiş kırmızıbiberi de doğrayıp elmaların olduğu kabın içine alın. Karıştırıp servis tabağına aktarın. Üzerine sarımsaklı yoğurdu gezdirin. İstenirse içine haşlanmış mısır taneleri de konulabilir.
