



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SÜTLÜ AYRAN

1 su bardağı yoğurt
Yarım çay bardağı süt
Yarım çay bardağı maden suyu
1 bardak soğuk su
1 çay kaşığı tuz

İlk olarak uygun bir kap içerisine yoğurdumuzu alalım. Eğer varsa ev yoğurdu yoksa hazır yoğurt kullanabilirsiniz. Ardından üzerine su hariç diğer malzemelerimizi ekleyelim. Blender ile homojen bir kıvam alana kadar karıştıralım. Tuzunu kendinize göre ayarlayabilirsiniz. Suyu ekleyerek blender ile karıştırmaya devam edelim. Eğer ayranınızın daha koyu ve akışkan olmasını istiyorsanız soğuk suyu yavaş yavaş ekleyerek damak zevkinize göre ayarlayabilirsiniz. Dilerseniz üzerine bir tutam kuru nane serpebilirsiniz ya da taze nane eşliğinde servis edebilirsiniz. Ben bu ölçülerle 4 bardak ayran elde ettim. Siz oranları kişi sayınıza göre arttırarak ayarlayabilirsiniz.

