



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

SÜTLÜ AYRAN

Yoğurt 2 su bardağı 400 gr

Süt 1 su bardağı 250 gr

Su 1,5 su bardağı 300 gr

Tuz ½ tatlı kaşığı 4,5 gr

Önce yoğurt derin bir kaba konur. El mikseri ile çırpılarak üzerine iyice karışmaya kadar azar azar süt (kaynatılmış, soğutulmuş ya da pastörize) eklenir. Soğuk su ve tuz karıştırılır.

Not: Sütsüz istenirse süt yerine su daha fazla konabilir.
