



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TARATOR

1 ay bardađı tahin
1/2 çay bardađı limon suyu
3/4 çay bardağı ılık su
2-3 diř ezilmiř sarımsak
1 ay kaşığı tatlı pul biber
1 ay kaşığı tuz
7-8 dal kıyılmış maydonoz

Tahin derince bir kaba alınır, limon suyu ve tuz eklenerek karıştırılır. Karışımınız sertleşecektir. Ilık suyu azar azar ekleyerek karışımı yumuşatın. Ezilmiř sarımsağı da ekleyerek iyice ezerek karıştırın. Tatlı pul biberi ve kıyılmış maydonozu ekleyin.