



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURT SOSLU İSPANAK SALATASI

Yarım kg ıspanak yaprağı
3 adet mantar
3 adet siyah zeytin
1 kase yoğurt
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 tutam tuz
1 tutam tuz

İspanak yapraklarını yıkayıp, süzüyoruz. Servis yapacağımız tabağın içine alıyoruz. Yoğurt, zeytinyağı, tuz ayrı bir kap içerisinde çırpma teliyle karıştırıyoruz, kıvamını ayarlıyoruz. Koyu olmuşsa suyla açıyoruz. Yalnız burada dikkat edilmesi gereken sosun çok sulu olmamasıdır. Hazırlanan sosu servis tabağındaki ıspanak yapraklarının üzerine döküyoruz. Diğer tarafta mantarı az yağda soteliyoruz. İstenirse fesleğen ilave ediyoruz. Yoğurdun üzerine serpiyoruz. Mantarların üzerine çekirdeği alınmış siyah zeytin istenirse üzerine jülyen doğranmış domates koyuyoruz. Salatamızı servise hazır hale getiriyoruz.



Fotoğraf "Kantocu" tarafından gönderildi. 30.07.2015