



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## YOĞURTLU BİBER SALATASI

1/2 kg. dolmalık biber  
200 gr. yoğurt  
1/2 bardak zeytinyağı

Bir tava içine zeytinyağının az bir bölümünü koyunuz. Kızdırınız.  
Dolmalık biberleri ilâve ediniz, biraz kızartınız, delikli kepçe ile çıkarınız.  
Biberlerin üzerindeki ince zarları soyunuz, ince ince doğrayınız.  
Yoğurdun kaymağını üstünden alınız, çatalla karıştırınız.  
Tabağa yerleştirdiğiniz biberlerin üzerlerine bolca dökünüz Kalan zeytinyağı üzerlerine gezdiriniz.

Not: Arzu edilirse bir iki diş sarımsak dövülerek yoğurt da ilâve ediniz.