



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## YOĞURTLU ÇİĞ KARNABAHAH SALATASI

1 adet küçük boy karnabahar  
2 su bardağı süzme yoğurt  
1 adet havuç  
1 adet kırmızı biber  
1 çay bardağı konserve mısır  
4 yemek kaşığı mayonez  
Tuz

Karnabaharları yıkayıp gövde kısımlarından ayırın.  
15-20 dakika kadar sirkeli suda bekletin.  
Daha sonra bol su ile güzelce yıkayıp derin bir kaseye alın.  
Havucu rendeleyin.  
Kırmızı biberi de ince ince doğrayın.  
Ardından mısır, havuç ve biberi de karnabaharın üzerine ekleyin.  
Farklı bir kapta yoğurt, mayonez ve tuzu karıştırıp salatanızın üzerine ilave edin.  
Dilerseniz üzerini maydanoz ve pul biberi ile süsleyerek servis edebilirsiniz.

