



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURTLU HAVUÇ

- 3 adet havuç
- 2 orba kaşığı yağsız yoğurt
- 2 diř sarımsak
- 5-10 dal maydanoz
- 1 ay kaşığı tuz
- 2 orba kaşığı zeytinyağı

Havuçların kabukları soyulur, buharda pişirilir. Sonra daire Őeklinde doğranır. Yoęurt, dövülmüş sarımsak, zeytinyağı ve tuz karıştırılır. Havucun zerine dökülür. Kıyılmış maydanoz serpilir.
