



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## YOĞURTLU HAVUÇ SALATASI

3 adet havuç  
3 diř sarımsak  
4 orba kaşığı zeytinyağı  
1 su bardaęı yoęurt  
4 dal maydanoz  
Tuz, 1 tatlı kaşığı Őeker

Havuçları rendeleyin, tavaya alın, üzerine zeytinyağını koyup 10 dakika kavurarak pişirin. zerine tuz ve Őeker ilave ederek sarımsaklı yoğurtla karıştırın. Soęutup servis tabağına alın, üzerini dereotu ya da maydanozla süsleyin.

---