



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## YOĞURTLU KARNABAHAH SALATASI

Malzemeler

1 orta boy karnabahar

3 diş sarımsak

Yoğurt

Sıvıyağ

Kırmızıbiber

Nane

Tuz

Pul biber,

Karnabaharı çiçek çiçek ayırıp kalın saplarını kesin ve haşlayın. Bir kapta yoğurt, ezilmiş sarımsak ve tuzu karıştırın. Haşlanan karnabaharları servis kasesine alıp üzerine yoğurtlu sosu dökün. Tavadaki az sıvıyağ ve toz kırmızı biberi yakıp yoğurdun üzerine gezdirin. Nane ve pul biberle süsleyip servis yapın.

[ML® Havuçlu Karnabahar Oturtması için tıklayın](#)

---