



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURTLU NANELİ SALATALIK

1 tatlı kaşığı tuz
3 adet salatalık
2 yemek kaşığı sirke
1 adet dereotı
2 diş sarımsak
225 gr yoğurt

Salatalıkları soyun. Uzunlamasına ikiye bölün. Çekirdeklerini çıkarın ve küçük parçalara kesin. Bir süzgece koyun üzerlerine kaya tuzu serpin. 15 dakika süzölmeye bırakın. Sonra sudan geçirip mutfak havlusu arasında suyunu emdirin. Bir kasede sirkeyi sarımsak ile karşılaştırın. 10 dakika bekletin. Sonra başka bir kasede yoğurt, zeytinyağı ve dereotlarını karıştırın. Sirke-sarımsak karışımını bir çay süzgecinden geçirerek yoğurtlu karışıma ekleyin. İyice kurumuş salatalıkları, yanında bir kase üzerine kıyılmış nane yaprakları gezdirilmiş yoğurtlu sosla birlikte servis yapın.