



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURTLU KIRMIZI PANCAR SALATASI

- 4 adet orta boy kırmızı pancar
- 6 yemek kaşığı yoğurt
- 1 tatlı kaşığı mayonez
- 2 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı kuru nane
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı

Öncelikle pancarlar yıkanıp kabukları soyulur. Bir rende yardımıyla, pancarlar haşlanmadan rendelenir. Yoğurt bir kaba alınır. Ben yoğurdu kendim mayaladığım için süzme yoğurt kullanmıyorum. İçerisine bir tatlı kaşığı mayonez, iki diş rendelenmiş sarımsak konulup güzelce karıştırılır. Yoğurt karışımının içerisine kuru nane ve bir yemek kaşığı zeytinyağı eklenir, güzelce karıştırılır. Rendelenmiş pancarlar hazırlanan yoğurt karışımının içerisine eklenerek tekrar karıştırılır.

