



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU PANCARLI EZME

<https://www.elele.com.tr>

4 orta boy kırmızı pancar
2 diş sarımsak
1 su bardağı süzme yoğurt
1/2 çay kaşığı tane kimyon (istenirse)
Tuz

Pancarları tek tek fırın kağıdına sarın. 200 derece fırında yaklaşık 40 dakika fırınlayın. Pancar iyice yumuşamış olmalı, gerekirse 10-20 dakika daha fırında tutun. Pancar ılınınca soyun. Soğan çenter gibi, incecik doğrayın. Çok kısa süre mutfak robotundan da çekilebilir. sarımsağı tuzla dövün, yoğurtla karıştırın. Yoğurt ve pancarın küçük bir miktarını bir kenara ayırıp kalanını güzelce karıştırın. Kimyonu bir tavada devamlı karıştırarak hafif ateşte 1-2 dakika kavurun. Pancar ezmesini kenara ayırdığınız pancar ve yoğurtla süsleyin. Üzerine kimyon tohumu serpiştirin.

