



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

YOĞURTLU PİRİNÇ SALATASI

MALZEMELER (6 kişilik)

- 3 bardak pişmiş pirinç
- 2 su bardağı vanilyalı yoğurt
- 1 su bardağı mayonez
- 2 elma
- 1-2 tane kereviz sapı
- 6 adet kemiksiz tavuk göğsü
- 1 bardak ceviz içi
- 1 bardak kuru üzüm
- 1 tutam tuz
- 1 tutam tarçın

HAZIRLANIŞI

Tavuk göğüslerini haşlayın veya ızgarada pişirin. Elma, kereviz sapı ve havucu küçük parçalara bölün. Yoğurt, mayonez, tuz ve tarçını büyük bir kaptaki karıştırın. Pirinç, elma, kereviz sapı, havuç, ceviz içi ve kuru üzümü de yoğurtlu karışıma ilave edip tekrar karıştırın. Hazırladığınız salatayı, haşlanmış veya ızgarada pişirilmiş tavukla birlikte servis yapın.