



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURTLU RENKLİ SALATA

- 1 tane orta boy patates
- 2 tane orta boy havuç
- 1 tane büyük boy etli yeşil biber
- 1 tane büyük boy etli kırmızı biber
- 1.5 bardak koyu kıvamlı süzme yoğurt
- 2 diş sarımsak
- Sıvı yağ
- Tuz

Patateslerin kabuklarını ince bir şekilde soyun. Havuçların kabuklarını bıçak yardımıyla kazıyın. Hepsini kibrit çöpü kalınlığında doğrayın.

Kırmızı ve yeşil biberlerin içlerini temizleyin. 2-3 santimetre kalınlığında julyen doğrayın. Bir tavanın içine yağı koyup kızması için bekleyin.

Kızartma sırasına göre, önce patatesleri sonra havuçları, en son da biberleri kızartın. Kızartmaları ayrı kaplara alın.

Süzme yoğurdun içine ezilmiş sarımsakları ve tuzu ilave edin. Yoğurdu iyice karıştırın ve sıkma poşetine doldurun.

Servis yapmayı düşündüğünüz kabın içine kızartmaları karıştırmadan aralıklı şekilde dizin. Sıkma poşetine doldurduğunuz yoğurdu aralarına sıkın.

