



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## YOĞURTLU SALATALIK

3 çorba kaşığı yoğurt  
3 adet salatalık  
Yarım demet nane  
2 diş sarımsak  
2 çorba kaşığı nar ekşisi

Öncelikle salatalıkları kabuklarıyla irice doğrayıp, nane yaprağı ve nar ekşisiyle harmanlayın. 20 dakika bekleyin. Daha sonra da sarımsaklı yoğurtla karıştırıp kâselere koyup domatesle birlikte servis yapın.

---