



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU ŞALGAM

1 kg şalgam
250 gr yoğurt
2-3 diş sarımsak
2 kaşık tereyağı
1 kaşık pul biber
Yeteri kadar sıvıyağ

Şalgamların kabukları soyulup dilim dilim doğranır. Tencereye konup su ve tuz ilave edilip haşlanır. Şalgamlar yumuşayınca ateşten alınıp, suyu süzdürülür. Tavadaki sıvıyağ kızdırılıp, şalgamların iki tarafı nar gibi kızartılır. Delikli kepçe ile yağı süzdürülerek servis tabağına alınır. Üzerine sarımsaklı yoğurt dökülür tereyağı eriterek pul biber yakılıp üstüne döküp servis yapılır.

