



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## YOĞURTLU SEBZE SALATASI

1-2 yemek kaşığı zeytinyağı  
2 adet orta boy kabak – rende  
2 adet orta boy havuç – rende  
2-3 adet orta boy salatalık – rende  
4 yemek kaşığı süzme yoğurt  
2 diş sarımsak  
Tuz  
Kuru nane

Rendelenmiş havucu bir tavada çok az zeytinyağı ile kavurun. Ardından kabakları ilave edin ve kavurun, soğuması için kenara alın.

Ayrı bir kapta sarımsaklı yoğurt hazırlayın. İçine rende salatalık ve kuru nane ekleyip iyice karıştırın. Kabak ve havuçlar soğunca yoğurtlu karışıma ilave edin ve iyice karıştırıp servis edin.

