



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURTLU SEBZE SALATASI

500 gram semizotu
4 adet patlıcan
4 adet havuç
10 adet taze çalı fasulyesi
4 adet biber
Dereotu
200 gram süzme yoğurt
Tuz
Az ayçiçek yağı

Semizotunu yıkayıp doğrayın ve bir kaba koyun. Patlıcan, havuç: taze fasulyeyi beraber tuzlu suda haşlayın. Dağılmamasına dikkat edin. Biber ve dereotunu doğrayın. Tuz, yağ hepsini karıştırın. Yoğurdu da ilave edip tekrar karıştırın hazırdır.