



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURTLU SEBZE SALATASI

9 yemek kaşığı Sütaş Süzme Yoğurt
3 adet patates
3 adet havuç
3 adet haşlanmış pancar
1 su bardağı çekilmiş ceviz
Tuz

Patatesleri ve havuçları birlikte haşlayın. Sebzeleri beraber haşlarken büyüklüklerine ve pişip pişmediklerini kontrol etmeye dikkat edin, havuçlar küçükse patateslerden daha önce olabilirler. Derin bir kapta Sütaş Süzme Yoğurt, çekilmiş ceviz ve tuzu karıştırın. Pancarları, havuçları ve patatesleri ayrı kaplara rendeleyin. Sebzeler tamamen soğuduktan sonra her bir sebzeyi 3 yemek kaşığı Sütaş Süzme Yoğurt ve çekilmiş cevizlerle karıştırın. Bir kek kalıbının altına streç film yayın ve sırasıyla Sütaş Süzme Yoğurt ile ayrı ayrı karıştırdığınız pancar, havuç ve patatesi yerleştirin. Buzdolabında en az 2 saat bekletip servis yapın.

Not: İsterseniz Sütaş Süzme Yoğurt ve cevizleri karıştırırken içine rendelenmiş sarımsak da ilave edebilirsiniz.