



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU SEBZELER

- 5 tane haşlanmış patates
- 2 tane kabak
- 1 kase doğranmış karnı bahar
- 2 kaşık margarin
- 1 kase sarımsaklı yoğurt
- 1 tutam dereotu
- 1 kaşık pul biber
- Tuz
- Karabiber

Kabakları rendeleyip suyunu sıkalım patatesleri soyup rendeleyelim patatesleri kabakları ve karnıbaharları margarinle tavada soteleyip tuz karabiber atalım kızartalım servis tabağına alıp sarımsaklı yoğurt dökelim üzerine dereotu koyalım margarinle tavada pul biberi yakalım üzerine dökelim.

