



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURTLU SEMİZOTU SALATASI

- 2 demet semizotu
- 1 ay bardağı zeytinyağı
- 1 avuç pirinç
- 1 adet orta boy kuru sođan
- 3 adet orta boy domates
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı toz Őeker

Semizotunu ayıklayın, yıkayın ve doğrayın. Bir tencerede üzerine ince kıyılmış kuru soğan, Őeker ve tuz ekleyin, daha sonra rendelenmiŐ domates, zeytinyağı ve pirinç koyun. Orta ateŐte 20 dakika piŐirin. Ilık veya soğuk olarak servis edin.