



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞUTLU SEMİZOTU SALATASI

- 1 bađ semizotu
- 2 diř sarımsak
- 2 bardak süzme yođurt
- 4 orba kaşığı zeytinyağı

Semizotlarının kökleri ile kalın saplarını ayıklayınız. Ellerinize parçalayınız. Bol su ile çeşmenin altında yıkayınız ve sirkeli su içerisinde birkaç dakika bekletip durulayınız. Süzgeç içerisinde koyup iyice süzülmesini sağlayınız. Sarımsakları ayıklayıp tuz atarak dövünüz. Süzme yoğurdun içerisinde koyunuz ve birazda zeytinyağı koyup hepsini iyice karıştırınız. Tadına bakınız ve gerekirse tuz ilave ediniz. Hazırladığınız sarımsaklı yoğurdun içerisinde iyice suyu süzölmüş olan semizotlarını katıp güzelce karıştırınız. Geniřçe bir servis kabına koyunuz ve üzerine bir miktar zeytinyağı gezdiriniz. Son olarak ta pul biber ve ceviz iiyle süsleyip servis ediniz.
