



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ZEYTİNYAĞLI HAVUÇ HAŞLAMASI

Yarım kg. havuç  
1 fincan zeytinyağı  
250 gr. yoğurt  
1 demet maydanoz  
1 limon  
5 diş sarımsak  
Yeterince tuz

### YAPILIŞI:

Önce havuçları iyice yıkayıp, üstlerini bıçakla temizleriz. İnce ince daire biçiminde doğrarız. Bir tencerede sıcak su içine koyup haşlarız. Haşlanan havuçları süzüp bir düz tencereye koyarız, öte yandan sarımsakları dövüp, sar-mısalı yoğurduğumuzu hazırlarız. 1 fincan zeytinyağını havuçların üzerine döker, tuz ilave edip zeytinyağı cızlayana kadar ısıtırız. Bu bir kızartma işlemi değildir. Zeytinyağını havuçlara emdirmek için yapılmalıdır. Bunun bir başka ama uzun zaman isteyen yöntemi de havuçları, haşlandıktan sonra hemen zeytinyağına yatırılıp 3-4 saat bekletmektir. Bu işlem bittikten sonra servis tabağına alınan havuçların üzerine sarımsaklı yoğurt konur. İnce kıyılmış maydanoz ve limon dilimleriyle süslenip ikram edilir.