



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ZEYTİNYAĞLI YOĞURTLU SEMİZOTU

1 kilo semizotu
Yarım bardak zeytinyağı
4 diş sarımsak
500 gram süzme yoğurt
Tuz

Semizotunu ayıklayıp ufak ufak doğrayın. Çok iyi yıkayıp tencereye koyun. Yoğurdu, sarımsağı, zeytinyağını da koyun. Semiz otuyla karıştırın.