



Mangez, buvez mais n'abusez pas (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Les recettes de cuisines

Ayran A La Menthe

Naneli Ayran



1 tasse de yaourt
2 tasses d'eau froide
5-6 brins de menthe fraîche
1 cuillère à café de sel

- # Mettez dans un bol de mélange, des feuilles de menthe et du sel.
- # Mélangez jusqu'à écraser les feuilles de menthe.
- # Rajoutez de l'eau froide, mélangez quelques minutes. Laissez attendre au moins 10 minutes.
- # Passez du filtre puis mettez dans une cruche.

N-B; La quantité d'eau peut varier en fonction de la quantité du yaourt.