



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Ricette di cucina

Ayran con Menta

Naneli Ayran



Una tazza di yogurt
Due tazze d'acqua fredda
5 - 6 menta fresca un cucchiaino di sale

Nella ciotola da miscelare si mette foglie di menta e sale poi si miscelano con miscelatore finché le foglie si prestano alla sopra si aggiunge l'acqua poi si miscela bene per qualche minuto dopo si lascia a riposare circa per un'oretta.

Dopo si fa passare dal filtro e si riempire brocca.

Nota: La quantità d'acqua di ayran si può cambiare secondo la quantità liquido del yogurt.