



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

---

## Cacik Facile

Kolay Cacik



1 tazza di yogurt  
1 bicchierino d'acqua  
1 cetriolo  
2 spicchi d'aglio  
3-4 menta  
3-4 prezzemoli  
1 cucchiaino di sale  
Per interno;  
Olio d'oliva

- # Yogurt e sale si mette nella ciotola da miscelare poi si miscelano bene con la forchetta.
- # Si aggiungono aglio pestato e cetriolo grattugiato.
- # Poi si aggiungono menta ed aneto macinato si miscelano bene.
- # Si riempisce nelle tazze . Alla sopra si aggiunge olio d'oliva.

**Nota:** Se volendo si possono aggiungere anche le altre spezie.