



## Insalata di Carote con Yogurt

Yoğurtlu Havuç Salatası



2 carote grosso  
2 cucchiai olio d'oliva  
1 manciata di cece pastata  
6 cucchiai di yogurt  
3 spicchi aglio  
1 cucchiaino sale  
1 cucchiaino cumino  
1 cucchiaino di peperoncino fiocchi

- # Le caerote si tarttugiano un po' grosso.
- # Le carote trattugiate si fanno arrossire nel olio d'oliva e si arrossiscono finche ammorbidente.
- # Prima di togliersi dal fuoco si mette anche ceci e si fanno girare ancora per qualche motivo.
- # Il fuoco si spegne e si lascia a freddare.
- # In questo momento si prepara yogurt con aglio.
- # La carote freddata , cumino , sale e yogurt con aglio si mescolano bene .
- # Si prendono nell a piastrella da servire e sopra si mette la peperoncino fiocchi.

Nota: Questa insalata deve prepararsi 2 ore prima del mangiare.