



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

## Salata di Pasta con Yogurt

Yoğurtlu Makarna Salatası



2 bicchieri di pasta  
1 carota  
1 patata  
1 bicchierino di piselli  
3 cucchiari d'olio d'oliva  
3 cucchiari di yogurt  
1 bicchierino d'acqua  
1 cucchiaino di maionese  
5 spicchi d'aglio  
1 cucchiaino di sale

- # Carote e patate si tagliano in cubi. Se si vuole usare piselli fresco primamente si mette nell'acqua poca e si bollisce per 10 minuti.
- # Poi si aggiungono carote e patata e si aggiungono con distanza di 5 minuti. Si bolliscono finchè le verdure si ammorbidiscono.
- # Poi si filtrano liquido delle verdure poi si aggiungono ancora l'acqua quando si avra liquido 3,5 bicchieri si aggiunge la pasta .
- # Poi la pentola si mette sul fuoco e dentro si aggiungono 3 cucchiari d'olio d'oliva e mezzo cucchiaino di sale, si bollisce.
- # Sopra si aggiunge la pasta e si bollisce con mescolare per 12 - 13 minuti.
- # Dopo del tempo la pasta si succhia tutto liquido.
- # La pasta si leva dal fuoco e si lascia a freddare, in questo momento si mescolano yogurt maionese, mezzo cucchiaino di sale ed aglio pestato e 1 bicchierino d'acqua.
- # In una ciotola profonda si mettono pasta e verdure taglaite e miscelata di yogurt si mescolano.
- # Si servirsi dopo mezz'oretta da preparato.

**Nota:** In questa ricetta si possono aggiungere cetriolo, mais bollita, e sottaceto di pepe anche.