



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецепты

Салат из Макарон с Йогуртом

Yoğurtlu Makarna Salatası



2 стакана макарон
1 морковь
1 картофель
Пол стакана зелён.горошка
3 стол.ложки оливк.масла
3 стол.ложки не сладкого йогурта
Пол стакана воды
1 стол.ложка майонеза
5 долек чеснока
1 чайн.ложка соли

- # Морковь и картофель порезать кубиками. Свежий, зелён. горошек варить 10 минут.
- # Бросить в воду морковь и через 5 минут картофель, варить до мягкости.
- # Воду, в которой варились овощи, слить в кастрюлю для варки макарон. Долить ещё воды, чтобы получилось 3,5 стакана.
- # Добавить 3 стол.ложки оливк.масла, пол чайн.ложки соли, довести до кипения.
- # Бросить макароны, варить 12- 13 минут помешивая.
- # Вся вода должна выпариться.
- # Снять с огня и оставить остывать. Йогурт, майонез, пол чайн.ложки соли, толчёный чеснок и пол стакана воды хорошо взбить.
- # Остывшие овощи и макароны смешать с йогуртовой массой.
- # Через 30 минут салат можно подавать к столу.

В салат можно добавлять кукурузу, марин.огурцы и свеж.перец.