



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mûtevazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

FERAH CACIK



1 kase süzme yoğurt
1 kase su
1 diş sarımsak
1 adet küçük salatalık
10-12 dal taze nane
10-12 dal dereotu
10-12 dal semizotu
15-20 yaprak taze reyhan
1 tatlı kaşığı tuz
Üzeri için:
4-5 çorba kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı pul biber

- # Yoğurt, su ve tuz pürüzsüz bir hal alana kadar çırpılır.
- # Sarımsak ezilir, dereotu, semizotu, taze nane, taze reyhan ince kıyılır. Salatalık küçük doğranır.
- # Hazırlanan malzemeler yoğurda eklenir, karıştırılır.
- # Cacık kaselere konur, pul biber serpilir, zeytinyağı gezdirilir.

Not: Ferah cacık özellikle Ramazan ayında iftar vakti, serinlik vermesi nedeniyle tavsiye edilir.