



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

MISIRLI KANEPE



- 1 kase süzme yoğurt
- 1 küçük kutu mısır konservesi
- 1 adet kırmızı biber
- 1 diş sarımsak
- 1 tatlı kaşığı nane
- 1 tatlı kaşığı kekik
- 1 tatlı kaşığı pul biber
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 5 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 paket tost ekmeği

- # İlk önce yoğurt ve zeytinyağı çatalla iyice çırpılır.
- # Üzerine kırmızı pul biber, tuz, nane ve kekik eklenir biraz daha karıştırılır.
- # Daha sonra yıkanmış süzölmüş mısır konservesi, dövölmüş sarımsak ve ince kıyılmış kırmızı biber katılır.
- # Karışım tost ekmeğlerinin üzerine sürölerek ikram edilir.

Not: Süzme yoğurt suyunu bırakmadığı için kanepeler tarzı tariflerde kullanılması tavsiye edilir.