



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı 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.