



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## 2 LAHANA SALATASI

- 1 büyük beyaz lahananın dış yaprakları
- 1 küçük kırmızı lahana
- 1 çorba kaşığı tuz
- 1 küçük limonun suyu

Kırmızı lahanayı ortadan ikiye bölünüz. Ortasındaki sert kısmı çıkarıp attıktan sonra, lahanayı keskin bir bıçakla kesme tahtası üstünde elden geldiğince ince olarak kesiniz. Tuz ile iyice ovaladıktan sonra bol su ile iyice yıkayınız.

Lahanaları derince bir kaba koyup üstüne limon suyunu sıktıktan sonra çatalla karıştırınız. Kabı buzdolabına kaldırıp 2-3 saat bekletiniz.

Büyük bir salata kasesinin içine beyaz lahananın dış yapraklarını döşeyiniz. Buzdolabında dinlendirdiğiniz kıyılmış kırmızı lahanaları süzüp, kaseinin içine doldurarak servis ediniz.

Not: Kırmızı lahana salatasını et yemeklerinin yanında servis edebilirsiniz.