



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ASYA MAKARNA SALATASI

200 gr uzun erişte makarna
200 gr brokoli
3-4 adet küçük domates
1-2 dal yeşil soğan
2 adet iri havuç
1/4 su bardağı soya sosu
2 yemek kaşığı kavrulmuş susam
1 çorba kaşığı esmer şeker
50 gr sana margarin
2 diş kıyılmış sarımsak
Yarım adet limon suyu

Makarnayı haşlayın ve süzün, margarini eritip makarnayla karıştırın.

Brokoliyi dal dak ayırıp 3-4 dk haşlayıp hemen soğuk suya alın ki rengi yeşil kalsın.

Domatesi ikiye bölün veya büyüğe doğrayın, yeşil soğanı ince kıyın, havucu çaprazlamasına şekil alacak şekilde kesin (iri olması görüntü açısından önemli)

Büyük bir salata kasesinde, makarna, domates, soğan ve havucu birleştirin.

Küçük bir kasede soya sosu, kavrulmuş susam, esmer şeker, kıyılmış sarımsak, limon suyunu iyice karıştırın (küçük kavanoza koyup çalkalayabilirsiniz, iyice karışması açısından)

Sonra bu sosu makarnanın üzerine gezdirip hafifçe karıştırıp servis edin.

