



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## BEYAZ LAHANA SALATASI

6 yaprak beyaz lahana  
Yarımşar demet maydanoz ve tere  
5-6 dal nane  
3 dal taze soğan  
4 adet kiraz domates  
3 adet ceviz içi  
Sos için:  
4 çorba kaşığı zeytinyağı  
Yarım limonun suyu  
Tuz

Lahana yapraklarını kiyın ve tuzla ovup, yıkayın. İyice süzdükten sonra kağıt havlu üzerinde suyunu alın. Derin bir kaseye koyduğunuz lahananın içine kıyılmış maydanoz, tere, nane ve taze soğan ekleyin. Dörde bölünmüş kiraz domates ve ceviz katın. Sos için zeytinyağı, limon suyu ve tuzu bir kaptaki karıştırıp, salataya ekleyin.