



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BİBER SALATASI

Michael Montignac

1 GÖBEK SALATA  
6 DOMATES  
3 KATI YUMURTA  
400 GR KONSERVE TON BALIĞI  
400 GM MANTAR (TAZE)  
1 LİMON SUYU  
Sos:  
3-4 ÇORBA KAŞIĞI ZEYTİNYAĞI  
1-2 ÇORBA KAŞIĞI SİRKE  
1 ÇORBA KAŞIĞI  
TATLI KIRMIZIBİBER (PAPRİKA)  
HARDAL  
TUZ  
KARABİBER

Mantarların ayaklarındaki topraklı sert kısımları kesip atın. Sonra mantarları akar su altında güzelce yıkayıp, süzün ve yukarıdan aşağıya ince dilimler halinde kesin, bir derin kâseye koyun; kararmamaları için üzerlerine limon sıkın.

Salatayı (isterseniz bir mutfak makası ile) çok ince şeritler halinde kesin. Domatesleri yuvarlak halkalara, katı yumurtaları dörde bölün. Tonu süzün ve küçük parçalara ayırın. Tüm malzemeleri (mantarla birlikte) büyük bir salata kesesine koyup harmanlayın.

Yukarıdaki sos malzemelerini iyice karıştırın ve bunu bir sos kabına koyun.

Salatanızı yanında sos kabı ile servis yapın.