



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BUĞDAY SALATASI

Buğday
Dereotu
Taze soğan
Mısır
Salatalık turşusu
Kırmızı biber ince dilimlenmiş
Tuz
Limon
Nar ekşisi
Zeytinyağı

Öncelikle buğdayı haşlıyorsunuz. 1 gün önceden suda bekletip ertesi günde haşlayabilirsiniz. Daha sonra tüm malzemeleri doğrayıp karıştırıyorsunuz. Yağı, limonu, tuzu ve nar ekşisini istediğiniz ölçüde koyuyorsunuz. Bu kadar kolay ve lezzetli.
