BUĞDAY SALATASI

1 su bardağı buğday
2 limon
1 sağan
2 kırmızı dolmalık biber
Zeytinyağı
3 çorba kaşığı keten tohumu
1 çay bardağı haşlanmış mısır

Buğdayı akşamdan ıslatın. Daha sonra üzerine bir limonun suyunu sıkıp kaynamaya bırakın. Soğanı ve sivri biberi ince bir şeklinde kesip tuzla ovun. Kırmızıbiberi de küp şeklinde doğrayın. Haşlanmış süzülmüş buğdayı ve hazırladığınız diğer malzemeleri bir kabın içine alın. Üzerine limon suyunu ve zeytinyağını ekleyip harmanlayın. Haşlanmış mısır taneleri ve keten tohumuyla süsleyip servis yapın.

© lezzetler.com tarif no:79611 • adı:Buğday Salatası • gönderen:aslıhan89 • indirme tarihi:29.03.2024 - 08:29