



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## CEVİZLİ KIRMIZI LAHANA SALATASI

2 su bardağı süzme yoğurt  
1 adet küçük boy kırmızı lahana  
2 yemek kaşığı mayonez  
1 yemek kaşığı zeytinyağı  
3 diş sarımsak  
1 tutam tuz  
1 su bardağı dövülmüş ceviz  
Birkaç adet ceviz (üzeri için)

Kırmızı lahanayı ince ince doğruyoruz. Bir kabın içerisine alıp hafif tuz ile ovuyoruz. Aynı bi kabın içerisine yoğurt mayonez ve zeytinyağını koyup karıştırıyoruz. Daha sonra karışıma cevizleri ekleyip, sarımsağı rendeliyoruz. Tuz serpip karıştırıyoruz.

Yoğurtlu karışımın üzerine kırmızı lahanayı döküp iyice harmanlıyoruz. Sonrasında salatamızı servis tabağına alıp cevizlerle süslüyoruz.

