



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇİLEKLİ FINDIKLI SALATA

250 gr ıspanak yaprağı
1 ay bardağı küçük ilek
2 orba kaşığı fındık (dövölmüş)
1 orba kaşığı lor peyniri
1/2 adet limon suyu

İspanakların yaprağını ayıklayın ve yıkayın. Servis tabağına koyun. Üzerine ilekleri, dövölmüş fındıkları, lor peyniri serpin. Limon suyunu sıkıp servise alın.