



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ELMALI KIRMIZI LAHANA SALATASI

Yarım kırmızı lahana
1 ekşi elma
3 yemek kaşığı ceviz
1 yemek kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı üzüm sirkesi
2 çay kaşığı tuz

Yarım kırmızı lahanayı doğrama tahtası üzerine koyun. Büyük bir bıçakla ince ince doğrayın. Çukur bir kaba koyun ve üzerine 2-3 çay kaşığı tuz serpin. Parmaklarınızla iyice ovun, tuzunun ve acısının gitmesi için suda yıkayın. Sıkarak süzün ve bir salata kabına alın. Ekşi elmanın kabuğunu doğrayın. Cevizi bir santimden ufak parçalara elinizle bölün. Elma, ceviz, zeytinyağı ve sirkeyi kırmızı lahanaların üzerine ekleyin. İyice karıştırıp servis yapın.

Not: Bu salatayı yemekten uzun bir süre önce yaparsanız diriliği kaybolur. Elmalar kararır.

[ML® Kırmızı Lahana Garnitürü için tıklayın](#)