



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ELMALI BEYAZ LAHANA SALATASI

Çeyrek lahana
2 adet yeşil elma
6 kaşık süzme yoğurt
1-2 diş sarımsak
2-3 yemek kaşığı kuru üzüm
Tuz

Lahanayı rendeleyin ve suyunu sıkın.
Elmayı rendeleyin ve suyunu sıkın.
Ezdiğiniz sarımsakla tuz ve yoğurdu karıştırın.
İçine lahana, elma ve üzümleri ilave edip karıştırın.

