



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK SALATASI

6 yaprak marul
1 kase rende parmesan peyniri
Yarım demet dereotu
Yarım limon suyu
3 yemek kaşığı zeytinyağı
Tuz
1 tatlı kaşığı keten tohumu

Kabakları 10 dakika hafif haşlayın. Kabuklarını soymadan halka halka doğrayın. Salatalıkları da doğrayın. Marulları ince ince doğrayın, karışıma ilave edin. Dereotunu doğrayıp salataya ilave edin. Zeytinyağı, limon ve biraz tuzu bir kapta karışürin, salatanın üzerine dökün. Üzerine keten tohumunu da serpin. Rendelenmiş parmesan peyniriyle servis yapın.