



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAK SALATASI

Malzemesi:

300 gram ıspanak,
200 gram kaşar peyniri,
4 adet domates,
1 adet soğan,
2 çorba kaşığı zeytinyağı,
sirke,
tuz,
biber.

Hazırlanışı:

Ispanakları yıkayın bir tarafa koyun. Büyük yaprakları ayırın. Kaşar peynirini küçük ve uzun dilimler halinde kesin. Domatesleri de küçük dilimlere doğrayın. Ayrı bir kaptaki tuz , biber, sirke ve zeytinyağını karıştırarak sosu hazırlayın. Soğanları küçük parçalar haline getirerek bu sosa ilâve edin. Daha sonra salatanın üzerine dökün ve servis yapın.