



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARNABAHAH SALATASI

1 adet orta boy karnabahar
1 ay bardağı limon suyu
1 ay bardağı sıvıyağ
5-6 adet siyah zeytin
2-3 diş sarımsak
Tuz

Tencereye yaprakları soyulmuş karnabaharı koyunuz. Üstünü kaplayacak kadar kaynar su, tuz ve yarım limonun kabuğunu koyup, karnabahar yumuşayıncaya kadar kaynatınız. Bir kaba alıp soğutunuz. Saplarından ayırıp çukur bir tabağı yerleştiriniz. Sıvıyağı, limon suyunu, dövölmüş sarımsağı karıştırınız. Sosu karnabaharların üzerine döküp zeytinle süsleyip servis yapınız.