



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞEHİRİYELİ SALATA

1,5 su bardağı tel şehriye
3 diş sarımsak
1 adet dolmalık biber
2 adet orta boy kırmızı biber
1 adet tavuk bulyon
1 adet orta boy atom salata
1 çay bardağı sıvı yağ
Tuz
Karabiber

Bir tencereye 4 su bardağı su koyup kaynatın. Tuz ekleyin. Şehriyeyi ilave edip 5 dakika haşladıktan sonra, suyunu süzün.

Sarımsakları, küçük doğrayın. Biberlerin çekirdeklerini çıkardıktan sonra ince kıyın.

Bir tencereye sıvı yağ koyun, tavuk bulyonu ekleyip yağda eritin.

sarımsak ve biberi ekleyip 1 dakika sote edin.

Atom salatayı yıkayıp, 1 cm. kalınlığında kıydıktan sonra sarımsaklı karışıma ilave edin. Tuz, karabiber ve soya sosunu ekleyip harmanlayın ve kapaklı cam fırın kabına koyun. Sosunu iyice çekmesi için 2 saat dinlendirdikten sonra servis yapın.

[ML® Şehriye Salatası için tıklayın](#)

[ML® Şehriye Salatası \(görsel\)](#)