



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEZELYE SALATASI

Elif Korkmazel

2 su bardağı bezelye
10 adet mantar
1 çorba kaşığı sirke
1 çorba kaşığı bal
1 tutam karbonat
1 su bardağı bulgur
1 adet limonun suyu
1/2 çay bardağı sıvı yağ
1 çorba kaşığı soya sosu
Yeteri kadar su
Tuz
Karabiber

Sirke ve balı karıştırın. Mantarları doğrayıp üzerine kaynar su dökün. Bezelyeleri karbonatlı ve tuzlu suda 20 dakika haşlayıp süzün. Bulguru yumuşayana kadar haşlayıp süzün. Mantarları sudan alın. Bezelye ve bulguru servis tabağına alın. Üzerine mantarları ekleyin. Limon suyu, sıvı yağ, soya sosu, sirkeli karışım, mantarları beklettiğiniz sudan iki çorba kaşığı, tuz ve karabiber ekleyip karıştırın.