



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ENGİNAR SALATASI

30 gram yeşil zeytin  
10 adet çeri domates  
6 adet enginar kalbi  
5 çorba kaşığı zeytinyağı  
1 adet limon  
3 çorba kaşığı tane mısır  
2 çorba kaşığı balzamik sirke

Yeşil zeytinlerin çekirdeklerini çıkartıp derin bir kabın içine koyun. Enginar kalbini ikiye bölün ve zeytinlerin içine koyun. Mısır tanesi, ikiye bölünmüş domatesler, limon suyu, balzamik sirke ile harmanlayın. Servis tabağına koyup et ya da balıkla servis yapın.