



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## LAHANA SALATASI

2 havuç  
1 limon  
15- 20 yaprak beyaz lahana  
Yarım çay bardağı zeytinyağı  
1 çay kaşığı tuz

Lahana yapraklarını iyice yıkayın. Üst üste koyup ince uzun bir şekilde kıyın Üzerine tuz serpin ve ovalayarak yumuşamalarını sağlayın. Havuçları da rendeleyin içine ekleyin birlikte harmanlayıp üzerine limon suyu ve zeytinyağını ekleyin. Servis tabağına alıp ikram edin.

Not: Bu salatanın içine birçok sebze kayabilirsiniz. Ya da tuz koymadan sadece zeytin koyarak da servis yapılabilir.