



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GLUTENSİZ IZGARA TAVUKLU MAKARNA SALATASI

<https://gasturder.org.tr>

- 1 paket Arbella Plus Glutensiz Mısır Makarnası (BURGU)
- 1 adet küçük boy göbek marul
- 3 adet tavuk göğsü
- 1 adet orta boy salatalık
- 2 adet kırmızı kalya biber
- 50 gr (1/2 bağ) taze kişniş
- 230 gr fıstık ezmesi
- 4-5 yemek kaşığı elma sirkesi (fersan sirke kullanılabilir)
- 2 yemek kaşığı soya sosu (kikkoman marka soya sosundan başka kullanamazlar)
- 1 yemek kaşığı acı sos (acı biber sosu) (glutensiz acı biber sosu hazır satılmamaktadır.)
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 yemek kaşığı susam yağı
- 1 yemek kaşığı susam

Makarnayı tuz eklenmiş 5 lt suda, paketin üzerinde belirtilen süre kadar haşlayıp, süzün. Bol buzlu suda 2 dakika bekletin ve tekrar süzün. Üzerine 2 yemek kaşığı zeytinyağı ekleyip karıştırın ve beklemesi için buzdolabına koyun. Tavuk göğüslerini ızgara tavada, çok az yağla pişirin. Ardından ince ince dilimleyin ve soğumaya bırakın. Göbek marulu kare kare doğrayın. Salatalığı uzunlamasına ince olarak doğrayın. Kişniş, kırmızı biber ve yeşil soğanı küçük doğrayın. Soğumuş makarna, ızgara tavuk ve tüm sebzeleri büyük bir salata kasesinde karıştırın. Farklı bir kasede fıstık ezmesi, susam yağı, elma sirkesi, acı sos, soya sosu ve karabiberi karıştırın ve makarna salatamızın üzerine dökün. Hafifçe harmaladıktan sonra üzerine susam taneleri serpererek servis edin.