



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

HALKA KALAMAR SALATASI

Yarım kg halka kalamar
Yarım limon suyu
10-15 dal maydanoz
2 sap taze soğan
5 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı pul biber

Kalamar yumuşayana kadar haşlanır, soğuk sudan geçirilir ve süzgece aktarılır. Tamamen suyu süzülünce karıştırma kabına konur. Üzerine kıyılmış maydanoz, soğan, limon suyu, zeytinyağı, pul biber ve tuz eklenir, karıştırılır.