



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## HAMSİ SALATASI

### Malzemeler:

15 adet hamsi  
Yarım ay bardağı su  
Yarım demet roka  
Yarım demet dereotu  
1 adet kırmızıbiber  
Yarım ay bardağı limon suyu  
4 orba kaşığı zeytinyağı  
Yeteri kadar tuz

### Hazırlanışı:

Balıkları ayıklayıp, bol suda yıkayın. Balıkları derileri alta gelecek şekilde tavaya yerleştirin. Yarım ay bardağı su ilavesi ile hafifçe haşlayıp soğumaya bırakın. Roka yapraklarını tabağa dizin ve üzerine balıkları koyun. İnce kıydığınız dereotu, kırmızıbiberleri serpiştirin. Limon, tuz ve zeytinyağını üzerine gezdirin.

---