



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAVUÇ SALATASI

<https://www.elele.com.tr>

2 orta boy havuç
8 iek karnabahar
8 iek brokoli
100 gr soya filizi
Frenk soğanı
Sos için
1 limonun suyu
Yarım ay bardağı sızma zeytinyağı
Tuz

Karhabahar ve brokoli filizlerini buharda pişirin. Havuçların kabuğunu temizleyip rendenin iri yanıyla rendeleyin. Havuç, karnabahar, brokoli ve soya filizlerini çukur bir kaba alın. İri parçalar Őeklinde kesilmiş Frenk soğanını ilave edin. Limonun suyunu sıkıp yarım kabuğunu rendeleyin. Zeytinyağını limon suyuna yavaşça ilave edip çırpın. Sosu salata malzemelerinin üzerine gezdirin. Harmanlayıp servis yapın.

