



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## HİNDİBA SALATASI

Malzeme:

200 gram roka

4 orba kaşığı toz parmesan

Altın Hasat Sızma Zeytinyağı

Tuz

Hindibayı yıkadıktan sonra elle küçük parçalara ayırın. Rokaları yıkayıp fazla suyunu süzün. Toz parmesan, zeytinyağı, balzamik sirke, roka ve hindiba ile birlikte karıştırıp servis tabağına alın. Üzerine dilim parmesan yerleştirip servis yapın.

---