



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## MAKARNA SALATASI (DİYET)

Yarım paket kepekli makarna  
1 göbek marul  
2 adet kırmızıbiber  
4 adet yeşilbiber  
2 adet büyük boy patates  
4 adet orta boy domates  
4 adet orta boy salatalık  
4 tatlı kaşığı zeytinyağı  
1 adet limonun suyu  
2 tatlı kaşığı sirke  
Tuz karabiber kırmızı pul biber kuru nane  
4 yemek kaşığı dolusu rendelenmiş light kaşar peyniri  
Süslemek için:  
5-6 adet cherry domates taze nane yaprakları

Kepekli makarnayı yağ eklenmemiş az suda suyunu çektilererek haşlayınız. Patatesi az suda haşlayınız. Marul yapraklarını yıkadıktan sonra irice doğrayınız. Kırmızı ve yeşilbiberleri yıkadıktan sonra iri iri doğrayınız. Haşlanmış patatesi küp küp doğrayınız. Domates ve salatalıkları yıkadıktan sonra küçük küpler halinde doğrayınız. Bütün malzemeleri büyük bir salata kasesinin içinde harmanlayınız. İçerisine makarnaları da ilave ederek karıştırınız. Bir kabın içerisine zeytinyağını, sirkeyi, limon suyunu, tuzu ve baharatları çatal yardımı ile çırpınız ve salataya ilave ediniz. Bütün malzemeleri sosu iyice emene kadar karıştırınız. Süslemek için light kaşar peyniri rendesini ve cherry domatesleri serpiştiniz. Taze nane yapraklarını en üste koyarak süslemeyi bitiriniz. Tercihen hazırladığınız gibi bekletmeden servis ediniz.