



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ROKALI KALAMAR SALATASI

Yarım kg dondurulmuş kalamar
6 orba kaşığı un
2 orba kaşığı kekik
Yarım demet maydanoz
1 ay kaşığı biberiye
Kızartmak için sıvıyağı
1 demet roka
3 diş sarımsak

Kalamarları süzgece alıp buzu özölünceye kadar bekletin. Rokayı temizleyip bol suda yıkayın. Suyu süzöldükten sonra kağıt havlu üzerine alarak kurulayın. Roka yapraklarını iri parçalar halinde doğrayın. Maydanoz, sirke, kekik, sarımsak ve biberiyeyi blenderden eirin. Sıvıyağı tavada kızdırın. Kalamarları önce una, ardından maydanozlu karışımaya bulayıp kızgın yağda kızartın. Roka yapraklarını servis tabaklarına paylaştıırıp üzerine kızarmış kalamarları ilave edin. Kiraz domatesleri ikiye kesip salatayı süsleyin. Tuz ve karabiber serpip servis yapın.