



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SARDALYA SALATASI

2 adet arpacık soğanı  
1 demet frenk soğanı  
60 ml. sirke  
10 gr. şeker  
60 ml. zeytinyağı  
2 kutu sardalya konservesi  
200 gr. kiraz domates  
2 adet atom salata  
4 dilim tost ekmeđi  
50 gr. tereyađı  
Tuz  
Karabiber

Soğanları ve frenk soğanını ince halka doğrayıp sirke, tuz, karabiber, toz şeker ve yağ ile karıştırın. Sardalyaların yağlarını süzdürün ve küçük parçalara ayırın. Domatesleri dörde bölün. Atom salatayı yıkayın ve küçük parçalara kopartın, sularını süzdürün. Tost ekmeklerinin kenarlarını çıkarttıktan sonra vev olarak ikiye kesin. Ekmekleri erimiş tereyağında her iki tarafı da altın sarısı oluncaya kadar kızartın. Salatayı servis tabağına yayın, domates ve sardalyaları yerleştirin. Salataya hazırladığınız sosu gezdirin ve kızarmış ekmekle servis yapın.

Not: Bu tarifi sardalya yerine konserve ton balığı ile de deneyebilirsiniz.

