



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOYA FİLİZLİ ENGİNAR SALATASI

Enginar - 40 gram
Soya Filizi - 15 gram
Roka - 70 gram
Slice Parmesan - 15 gram
Cherry Domates - 20 gram
Mısır - 15 gram
Zeytinyağı - 5 gram
Limon Suyu - 3 gram

Roka, zeytinyağı, limon ve tuzu marineleyip tabağa alın. Rokaların üzerine balzamik ile marinenmiş soya filizi ve enginar kalplerini dizin. Tabağın üzerini ince dilimlenmiş parmesan peyniri, tane mısır ve cherry domates ile süsleyerek servis yapabilirsiniz.