



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÜZÜMLÜ PİLİÇ SALATASI

2 tatlı kaşığı köri
100 ml mayonez (light)
250 gr yoğurt (yağsız)
1 çay kaşığı zencefil
1/2 tatlı kaşığı portakal kabuğu (rendelenmiş)
800 gr Banvit Piliç Göğüs Kuşbaşı (haşlanmış)
250 gr siyah üzüm (tanelenmiş, 2'ye bölünmüş, çekirdekleri çıkartılmış)
5 sap taze soğan (ince dilimlenmiş)
100 gr ceviz (kavrulmuş, iri doğranmış)
Tuz (arzu edilen miktarda)
4 adet büyük boy marul yaprağı

Köriyi orta ateşte 30 sn. karıştırarak ısıtıp, bir kaba alın.

Mayonez, yoğurt, zencefil ve portakal kabuğu rendesini ilave edip, çırpın.

Yoğurtlu mayoneze, piliç, üzüm, taze soğan, ceviz ve tuzu katıp harmanlayın.

Marul yapraklarını 4 adet servis tabağına paylaşın. Hazırladığınız salatayı marulların üzerinde servis yapın.

