



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## AHTAPOT SALATASI

Su Ürünleri Tanıtım Grubu İZMİR  
<https://www.turkishseafood.org.tr>

2 - 2.5 kg ahtapot  
1 su bardağı zeytinyağı  
2 diş dövülmüş sarımsak  
1/2 limonun suyu  
1/4 demet maydanoz

Ahtapotun gözlerini ve ağzını çıkartın. Akar su altında uzun süre temizleyin, süzün ve etini yumuşatmak için dövün. Kollarını ve gövdesini aynı uzunlukta dilimlere bölün ve içinde kaynar su bulunan bir tencereye atın. Tencereye attıktan sonra bir saat pişirin. Yumuşayınca kadar kaynatmaya devam edin. Pişme düzeyini çatalla kontrol ettikten sonra ahtapotu süzün ve soğumaya bırakın. 1 cm kalınlığında dilimler halinde doğrayın. Bir salata tabağına zeytinyağı, dövülmüş sarımsak, limon suyu ve ahtapot parçalarını koyup iyice karıştırın. Biraz dinlendirip, üzerine maydanoz serpiştirin ve servise sunun.