



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

AKDENİZ SALATASI

Oktay Usta

1 Adet kıvırcık veya göbek veya renkli otlar
Yarım demet roka
1 Adet kırmızı soğan
1 Tutam maydanoz
1 Tutam dereotu
Taze nane
1 Adet orta boy ton balığı
2 orba kaşığı tane mısır
Limon suyu
Orkide Zeytinyağı

YAPILIŞI

Kıvırcık yaprakları veya göbek salatayı yıkıyoruz. Rokayı da yıkıyoruz. Kıvırcık ve rokaları servis tabağına alıyoruz. Üzerine ton balığı parçaları serpiyoruz. Salatamızın orta kısmına bir tutam maydanoz koyuyoruz. Etrafına dere otu koyuyoruz. Mısır taneleri serpiştiriyoruz. Salatamıza sos olarak limon suyu ve Orkide zeytinyağı kullanıyoruz. Bu tür salatalarda sos servise yakın dökülmeli, ayrıca bu salatada taze nane kullanabiliriz.

