



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ANÇUEZLİ PİRİNÇ SALATASI

Kullanılacak malzeme (4 kişilik):

2 su bardağı pirinç, zeytinyağında konserve edilmiş 3 ançuez, 1 baş büyük soğan, yarım demet maydanoz, 1 kaşık sulandırılmış hardal, yeteri kadar zeytinyağı, sirke, karabiber ve tuz.

Yapılışı: Pirinçler diriliği kaybolmayacak kadar haşlanır. Bol suyla yıkanıp süzülür. Fırında pişirilmiş soğan kat kat ayrılıp dörder parçaya bölünür. Ançuezler fileto durumuna getirilip maydanozla birlikte kıyılır. Sonra pirinç, soğan parçaları ve ançuez karıştırılıp salata tabağına konur. Küçük bir kâsede tuz, biber, sirke, hardal ve zeytinyağı iyice karıştırıldıktan sonra gezdirerek salataya dökülür ve servis yapılır.
