



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ANÇUEZLİ SALATA

Malzemeler:

2 su bardağı Pirinç
Konserve edilmiş 3 adet ançuez
1 adet kuru soğan
4 adet haşlanmış ve doğranmış lahana yaprağı
1 kaşık sulandırılmış hardal
1 çorba kaşığı soya yağı
Sirke, pul biber ve tuz

Yapılışı:

Pirinç diriliği kaybolmayacak şekilde haşlayın. Haşladıktan sonra bol suyla yıkayıp süzün. Önceden fırında pişirmiş olduğunuz soğanı kat kat parçalara ayırın. Bir kabın içinde soğan, pirinç, doğranmış lahana yaprağı, soya yağı, sirke ve tuzunu karıştırıp iyice harmanlayın. Bu karışımı içlerini oymuş olduğunuz ançuezlerin orta kısmına alıp üzerini pul biber ile süsleyerek servis yapabilirsiniz.
