



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ARPA ŞEHİRİYE SALATASI

Yarım paket arpa şehriye
1 kase mısır
Yarım demet taze soğan
Yarım demet dereotu
Yarım demet maydonoz
1 adet limon
1 çorba kaşığı zeytinyağı

Arpa şehriyeyi suda haşlayıp içine biraz sıvıyağ koyarak karıştırın. Daha sonra mısırları, doğranmış taze soğan, dereotu ve maydanozu ekleyin. Limon ve tuz ekleyerek karıştırın. Son derece hafif bir salata.
