



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ARPA ŞEHİRİYE SALATASI

Yarım paket arpa şehriyeyi haşlayıp süzün, Karıştırma kabına 20 ml. sirke, 30 ml. zeytinyağı, hardal karabiber, tuz ve toz şekeri karıştırıp salata sosunu hazırlayın. Bir tencereye arpa şehriyeyi ve sosu ilave edip kısık ateşte sos eriyip karışana kadar çevirin. 1 adet kırmızı biberi küp küp doğrayın. 10 adet yeşil zeytini dilimleyin. 2 adet yeşil soğanı halka doğrayın, yarım demet dereotunu ince kıyın, bütün malzemeyi ve 50 gr. mısır konservesini de salataya katarak karıştırın.
