



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

AVOKADOLU BEZELYE

Elif Korkmazel

1 su bardağı tane bezelye
1 avuç sultani bezelye
Yeterince su
Yarım ay kaşığı karbonat
1 demet roka
1 adet avokado
1 adet küçük boy domates
1 adet küçük boy kırmızı soğan
1 orba kaşığı kavrulmuş dolmalık fıstık
2 orba kaşığı zeytinyağı
Yarım limon suyu
Tuz

Tane bezelye ve sultani bezelyeleri birlikte tuzlu ve karbonatlı suda 15 dakika haşlayıp süzün. Ayıklanmış roka yapraklarını salata kabına alıp üzerine bezelyeleri yerleştirin. Kabukları soyulduktan sonra kuşbaşı doğranmış avokado ve domatesi tabağı ekleyin. Halka halka doğradığınız kırmızı soğanı ilave edin. Kavrulmuş fıstıkları salatanın üzerine serpin. Zeytinyağı, limon ve tuzu ekleyip servis yapın.