



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## BAKLİYATLI SONBAHAR SALATASI

Yarım su bardağı Meksika fasulyesi  
Yarım su bardağı buğday  
1 adet mor soğan  
1 adet salatalık  
¼ demet maydanoz  
Yarım çay bardağı nar tanesi  
2 yemek kaşığı ay çekirdeği  
Sosu için:  
2 diş sarımsak  
1 yemek kaşığı nar ekşisi  
1 yemek kaşığı limon suyu  
Yarım çay bardağı zeytinyağı  
Yarım tatlı kaşığı tuz  
1 çay kaşığı karabiber

Meksika fasulyesi ve buğdayı iyice yıkayın.

Arçelik Ankastre Ocak'ta 2 ayrı tencerede fasulyeleri ve buğdayı derin suda haşlayın.

Soğanı soyup küp küp kesip derin bir kap içine alın.

Salatalığı ve maydanozu Arçelik Resital Doğrayıcı da doğrayıp ekleyin.

Üzerine nar taneleri ve ay çekirdeğini de ilave edin.

Arçelik Ankastre Ocak'ta haşlanan fasulye ve buğdayı ayrı ayrı süzüp soğuması için kenarda bekletin.

Sosu için sarımsakları ezin.

Küçük bir kasede sarımsakların üzerine nar ekşisi, limon suyu, zeytinyağı, tuz ve karabiberi ilave edip karıştırın.

Soğuyan fasulye ve buğdayı salata malzemelerinin üzerine koyun.

Hazırladığınız sosu üzerine gezdirip karıştırın.

