



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BARBUNYA SALATASI

500 gram barbunya
2 adet havuç
1 adet kırmızı biber
1 adet soğan
2 diş sarımsak
5 adet salatalık turşusu
5 dal maydanoz
Çeyrek lahana
Üzeri için:
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 yemek kaşığı nar ekşisi
1 yemek kaşığı tuz
Dilerseniz mısır

Barbunyalari ayıklamakla başlayın. Ayıklanmış barbunyalari bol suda yıkayın. Ardından barbunyalari yumuşayana kadar bol suyun içinde haşlayın. Taze barbunya bulamazsanız konserve barbunyayı süzüp iyice yıkadıktan sonra kullanabilirsiniz. Kırmızı biberi ocakta veya fırında közleyin. Daha sonra kabuğunu soyun ve küçük küçük doğrayın. Lahanaı güzelce yıkayın ve ince ince dilimleyin. Havuçların kabuklarını güzelce soyun. Havuçları önce ortadan ikiye bölün daha sonra da dilimleyin. Böylece yarım halka havuç dilimleri elde edeceksiniz. Aynı işlemi salatalık turşularına da tekrarlayın. Sarımsakları, soğanı, maydanozları ve dereotunu ince ince kıyın. Hazırladığınız bütün malzemeleri derin bir kabın içine aktarın. Bütün malzemeleri güzelce karıştırın. Üzerlerine nar ekşisini, zeytinyağını, limon suyunu ve tuzunu ekledikten sonra hemen servis edebilirsiniz.

