



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEZELYELİ MANTARLI KUSKUS SALATASI

35 cl. tuzsuz tavuk suyu
4 çorba kaşığı arpacık soğanı (kıyılmış)
2 1/2 çorba kaşığı limon suyu (taze sıkılmış)
bir tutam karabiber (taze çekilmiş)
175 g kuskus
6 çorba kaşığı kişniş (ya da maydanoz; iri kıyılmış)
1 1/2 çorba kaşığı natürel zeytinyağı
125 g mantar (yıkayıp, kurulandıktan sonra, kıyılmış)
1/2 tatlı kaşığı kekik
125 g sultani bezelye (kılıçlıkları ayıklandıktan sonra, her biri verevine 3'e kesilmiş)
1/4 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı sirke
1 yeşil salata (yıkayıp, kurulanmış)

Tavuk suyunu büyük bir tencereye koyun. Arpacık soğanlarının 2 çorba kaşığı, limon suyunun 2 çorba kaşığı ve karabiberi ekleyip karıştırarak, tencereyi orta ateşe oturtun ve suyu bir taşım kaynatın. Kaynayınca kuskusu ve kişnişin (ya da maydanozun) yarısını katıp, tencerenin kapağını sıkıca kapatarak ateşten alın ve bir kenara bırakın.

Zeytinyağının 1 çorba kaşığını büyük bir kızartma tavasına koyup, orta ateşte ısıtın. Isınınca mantarlar, kekik ve kalan arpacık soğanlarını katıp, mantarların rengi kahverengileşene kadar (yaklaşık 4 dakika) pişirin. Sultani bezelyeler, tuz ve karabiberi ekleyip, sürekli karıştırarak 2 dakika daha pişirin. Sonra tavayı ateşten alıp, bir kenara bırakın

Tenceredeki kuskusu bir salata kâsesine aktarın, çatalla hafifçe karıştırın. Küçük bir kâsede sirke, kalan zeytinyağı, kalan limon suyu ve kalan kişnişi karıştırıp, bu sosu kâsedeki kuskusun üstüne damla damla boşaltın. Çatalla bir kez daha karıştırıp, tavadaki mantarlı karışımı ekleyerek iyice karıştırın. Kâseyi buzdolabına kaldırıp, salatayı en az 15 dakika soğutun. Yeşil salata yapraklarını geniş bir servis tabağına döşeyip, kâseyi buzdolabından alarak, salatayı yeşil salata yapraklarının üstüne boşaltın ve bekletmeden servis yapın.