



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BROKOLİ SALATASI

Meltem Demirci

Brokoli
Sarımsak
Limon
Zeytinyağı
Havuç
Domates
Tuz
Sirke

Brokoliler haşlanır. çok yumuşamamasına dikkat edin. Hem vitamin bakımından hem de dağılmaması için yaklaşık 5 dakika kaynatın. Brokolileri süzüp servis tabağına alın. bir kaptaki sarımsakları ezip üzerine zeytinyağı, limon suyu, sirke ve tuz ekleyin. Hazırladığınız bu sosu brokolilerin üzerine eşit şekilde yayın. Sonra havuç ve domatesle renklendirin.

