



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## ÇİNTME SALATA (ADANA)

Bir büyük boy soğan çok ince doğranır, bir tatlı kaşığı pul biber ve tuz ilave edilerek ovulur. Üzerine kabuğu soyulmuş ve çok küçük doğranmış bir orta boy domates, 2 yemek kaşığı zeytinyağı, 1 yemek kaşığı limon suyu ve kıyılmış çeyrek demet maydanoz ilave edilip karıştırılır.