



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DENİZ ÜRÜNLERİ SALATASI (FRANSIZ)

MALZEMELER

1 kutu 160 gramlik Ton baligi
3 yaprak marul
½ adet kuru soğan
1 yaprak kirmizi lahana
1 adet iri kirmizi turp
1 adet limonun suyu
Zeytinyagi (sizma)

YAPILIŞ TARİFİ

Marul yapraklarını iyice yıkadıktan sonra enine seritler halinde doğrayıp derince bir kaba (salata kabına) alın. Kırmızı lahanayı da, önce yaprakları boyuna ikiye bölüp aynı şekilde doğrayın ve kaba ilave edin. Turpu rendeleyin ve kaba ekleyin. Soğanı yarım daire halkalar halinde doğrayın. Bir kaba alıp üzerine bol tuz serpin ve yugurun. Sonra yıkayıp salataya ilave edin. Ton balığınının yağını süzün ve küçük parçalara bölün. ton balığını salataya ilave edin. Salataya limon suyunu, tuzu ve zeytinyağını ilave edip iyice karıştırın.