



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DİYET PATATES SALATASI

4 adet patates
Yarım demet roka
4-5 dal maydanoz
2 adet taze soğan
1 tatlı kaşığı kimyon
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı pul biber
Yarım limon
1 çorba kaşığı zeytinyağı

Patatesler haşlanır, soyulur ve kuşbaşı büyüklüğünde doğranır. Roka yaprakları elle koparılır. Maydanoz ve taze soğan ince kıyılır. Üzerine kimyon, tuz, pul biber, limon, zeytinyağı katılır ve karıştırılır.