



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ELMALI TAVUKLU MERCİMEK SALATASI

- 1 adet tavuk göğsü
- 250 gr. yeşil mercimek
- 1 adet kırmızı elma
- 1 adet havuç
- 250 gr. kiraz domates
- 1 miktar maydanoz
- 1 çay kaşığı tuz, karabiber
- 20 gr. hardal
- 1 yemek kaşığı sıvıyağ
- 1 bardak sebze suyu
- 2 yemek kaşığı sirke

Mercimekleri haşlayın. Tavukları şerit halinde doğrayıp havuçda ekleyerek yağda soteleyin. Üzerine maydanoz ve tuz ilave edin. Hardal, sirke, sebze suyu ve tuzu ayrı bir kaptaki karıştırın. Mercimeklerin suyunu süzüp servis tabağına alın. Kebarlarına elma dilimlerini incecik şekilde dizin. Üzerine tavuklu karışımı döküp hardallı sosu gezdirin.

