



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA BALKABAĞI VE PANCAR

<https://www.sozcu.com.tr>

2 adet pancar
Bir kaç dilim balkabağı
Yarım su bardağı tahin
2 yemek kaşığı süzme yoğurt
Sarımsak
Limon
Portakal
Zeytinyağı
Tuz
Karabiber

Fırın tepsisine yağlı kağıdı serip üzerine fırça yardımıyla zeytinyağı sürüyoruz. Pancarları küçüklerinden seçip ince dilimler halinde doğadıktan sonra sarımsakları kabuklarıyla ortadan kırıp hepsini fırın tepsisine serpiştiriyoruz ve yağlı kağıdının üzerine serip bol zeytinyağı, tuz-karabiber ile ovuyoruz. 180 derecede 2 saat fırınıyoruz. Son yarım saatinde aynı şekilde zeytinyağı, tuz-karabiberlediğimiz dilimli balkabaklarını diziyoruz. Salatamızın altlığı olacak sosu; tahin, süzme yoğurt, limon suyu, portakal rendesi ve tuz-karabiber ile hazırlıyoruz.

Salata tabağının altına sosumuzu yayıp üzerine ılınmış sebzelerimizi diziyoruz. En son üzerine zeytinyağı ve nane yapraklarıyla servis edebiliriz.

