



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GLUTENSİZ BAKLİYAT SALATASI

<https://www.colyakankara.org.tr>

- 1 ay bardağı yeşil mercimek (haşlanmış)
- 1 ay bardağı nohut (haşlanmış)
- 1 ay bardağı kuru fasulye (haşlanmış)
- 1 ay bardağı mısır (haşlanmış)
- 1 ay bardağı bezelye (haşlanmış)
- 1 tane kırmızı biber
- 1 sap pırasa
- 1 demet dereotu
- 1 demet maydanoz
- 2 tane limon
- 4-5 sap taze soğan
- 1 ay kaşığı reyhan
- Tuz
- Karabiber
- Kırmızı biber
- 1 ay bardağı sıvıyağ

Yeşil sebzeler ve kırmızı biber ince ince doğranır. Haşlanmış bakliyatların hepsi büyük bir kaba konur. Doğranmış yeşillikler, baharat, limon suyu ve yağ ilave edilerek iyice karıştırılır. Servis tabağına boşaltılıp kaşık servisi yapılır.