



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GREYFURLU TON BALIĞI SALATASI

2 greyfurt
1 yeşil elma
1 konserve kutusu mandalina kompostosu
360 gr. ton balığı konservesi
1 kâse yoğurt
2 yemek kaşığı mayonez (50 gr.)
Tuz
Karabiber
Limon suyu
1/2 demet tere

Greyfurtları yıkayın ve ikiye bölün. Meyvenin içini kabuğundan ayırıp çıkarın. Elmaları yıkayın. Dilimlere bölün ve keserek çekirdeklerini çıkarın. Sonra kabukları ile küçük dilimlere kesin. Mandalinaların suyunu süzün. Ton balığı konservesinin yağın süzün. Sonra hepsini harmanlayarak karıştırın. Yoğurdu, mayonezi, tuzu, biberi mandalinaların suyu ile karıştırarak sos haline getirin. Salatayı greyfurt kabuklarına koyun. Üstüne hazırlanan sosu dökün. Tere ile süsleyip servis yapın.

