



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HARDAL EKŞİLEMESİ

Millî Eğitim Bakanlığı

500 gram hardal otu

2 diş sarımsak

1 limon suyu

½ çay bardağı zeytinyağı

1 çay kaşığı tuz

Hardal otu temizlenir ve yıkanır, sıcak suda haşlanıp suyu süzülür.

Ayrı bir yerde sarımsak ezilir, zeytinyağı, limon suyu ve tuz eklenerek çırpılır.

Haşlanmış hardal servis tabağına alınarak üzerine hazırlanmış sos dökülerek servis edilir.

