



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

HARDALLI KIRMIZI LAHANA SALATASI

Yarım adet kırmızı lahana
Yarım demet maydanoz
1 orba kaşığı hardal sos
2 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı tuz
1 kahve fincanı zeytinyağı
Yarım adet limon

Kırmızı lahana çok ince kıyılır. Yumuşaması için tuzla ovulur. Hardal sos, dövölmüş sarımsak, zeytinyağı ve limon iyice çırpılır, lahananın üzerine dökölür. Kıyılmış maydanozla süslenir.