



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAVUÇLU GÜZ SALATASI

3 adet havuç
1 adet küçük kuru soğan
4-5 yaprak akdeniz yeşilliği
1 çay bardağı arpa şehriye
1 tatlı kaşığı tuz
1 adet limon
5 çorba kaşığı zeytinyağı

Şehriye haşlanır ve suyu süzülür. Havuçlar soyulur, rendelenir. Soğan ince kıyılır, tuzla ovularak yumuşatılır. Akdeniz yeşillikleri iri doğranır. Bütün malzeme birleştirilir. Limon suyu ve zeytinyağı gezdirilir, karıştırılır.