



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## HELVACIK SALATASI (MUDANYA BURSA)

Mudanya Belediyesi  
Girit Mutfađı

Haşlanıp zeytinyağlı ve limonlu salatası yapılır ve Çiportada kullanılır.

Not: Mevsimi Ekim ayında başlar.

---