



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HİNDİBA SALATASI

500 gram hindibağı
3/4 kahve fincanı zeytinyağı
10 bardak su
biraz tuz
1 kahve fincanı limon suyu

- 1) Kök kısımlarındaki siyah ve çok katı tarafları kesilmek sur etile temizlenmiş ve bol suda dört beş defa yıkanmış 500 gram hindibağı bir tencereye koyduktan sonra üstüne 10 bardak kadar su ilâve etmeli, sonra da tencereyi ateşe oturtarak hindibağların kök tarafları hafifçe yumuşak bir hal alıncaya kadar aşağı yukarı otuz dakika haşlanmaya bırakmalıdır.
- 2) Hindibağlar başlanınca, bunları kalın delikli bir süzgece dökerek sularının iyice süzülmesini, aynı zamanda da soğumalarını temin etmeli, sonra da süzülmüş olan bu hindibağları küçük keserek bir tabağa almalıdır.
- 3) Bilâhare üstlerine bir miktar tuz serpererek iyice bir karıştırdıktan sonra, bunlara tabakta muntazam bir şekil verdirmeli, üstlerine de 3/4 kahve fincanı zeytinyağı ile 1 kahve fincanı limon suyu gezdirdikten sonra servis yapmalıdır.