



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HİNDİBA SALATASI

- 12 dal hindiba
- 1 adet havuç
- 3 yemek kaşığı süzme yoğurt
- ½ demet roka
- ½ demet fesleğen
- ½ adet limon
- 1 çay kaşığı tuz

Hindibanın yapraklarını ayırıp yıkayın.
Kenara alıp kurumaya bırakın.
Derin bir kabin içine havucu rendeleyin.
Yeşillikleri yıkayıp ufak ufak doğrayın.
Tuz, limon ve süzme yoğurdu ekleyip hepsini karıştırın.
Karışımı hindiba yapraklarının içine doldurduktan sonra servis yapın.

