



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAK SALATASI

1/4 demet ıspanak
3 orba kaşığı pirinç
1 adet haşlanmış yumurta
1 adet küçük boy salatalık
1 orba kaşığı zeytinyağı
1-2 damla sirke

İspanakları yıkayıp doğrayın. Pirinci, lapa olmamasına dikkat ederek haşlayın ve soğumaya bırakın. Haşlanmış yumurtayı dörde bölün. Salatalığı doğrayın. Tüm bu malzemeyi servis tabağına aktarın, karıştırın. Ayrı bir kapta zeytinyağı ile sirkeyi karıştırıp salatanın üzerine gezdirerek servis yapın.