



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

IZGARA SEBZE SALATASI

- 1 kırmızı dolmalık biber
- 1 sarı dolmalık biber
- 2 dolmalık yeşil biber
- 1 kabak
- 3 mantar
- Marul, roka, tere, maydanoz
- 1 çorba kaşığı hardal
- 1 limon
- 3 çorba kaşığı nar ekşisi
- 1 çay bardağı zeytinyağı

Roka, tere, marul, maydanoz gibi arzu ettiğiniz yeşilliği iyice yıkayıp kurulayın. Gerekirse kâğıt havlu yardımıyla üzerlerindeki suyu alın, elinizle parçalayın. Servis tabağına aktardığınız yeşilliğin üzerine, zeytinyağı, nar ekşisi, limon suyu ve hardalı çalkalayıp gezdirin. İrice doğranmış sebzeleri tavada az yağda kızartın. Salatanın üstünü kızartılmış sebze karışımıyla kaplayın