



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

IZGARA TAVUK SALATASI

1 adet soğan
7-8 adet zeytin
1 diş sarımsak
5 adet küçük domates
40 ml. zeytinyağı
1 demet roka
1/2 adet yeşil salata
2 adet havuç
1/2 adet kırmızı lahanaya
1 adet kırmızı biber
100 gr. beyaz peynir
10 ml. sirke
10 ml. nar ekşisi
Kekik
Tuz
Karabiber

Soğanı küp kesin. Zeytinlerin çekirdeklerini çıkartıp dilimleyin. Sarımsağı ince, domatesleri ikiye kesin. 10 ml. zeytinyağında sarımsak ve soğanı çevirip tavadan alın. Domatesi ve zeytinleri ekleyin. Tuz, biber ve kekik ile tatlandırın. Rokayı ve yeşil salatayı yıkayıp süzün. Havuçları rendeleyin. Kırmızı lahanayı ince kesip tuz ile ovun. Ardından kırmızı biberi halka kesin. Kalan zeytinyağı, sirke, nar ekşisi, tuz ve karabiberle sos hazırlayın. Tüm malzemeleri sosla karıştırın. Üzerine parçalara böldüğünüz beyaz peyniri serpiştirin. Yanında ızgara tavukla servis yapın.