



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

KAHVALTI SALATASI

50 gram dil peyniri
1 kırmızı dolmalık biber
1 domates
1 salatalık
10 adet zeytin
5 yaprak roka
Kıvırcık salata
3 dal maydanoz
Yarım limon suyu
4 orba kaşığı zeytinyağı

Dil peynirini, salatalığı rendeleyin. Kırmızı dolmalık biberi, domatesi de ince şeritler halinde doğrayın. Yıkanmış salata yapraklarını, maydanozu ve rokayı elinizle iri parçalar halinde doğrayın. Tüm malzemeleri bir kabın içinde harmanlayın ve limon suyunu, zeytinyağını üzerine gezdirin, kızarmış ekmekle birlikte ikram edin.