



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KALIP SALATA

1 adet havuç
1 adet turp
1 uaprak kıvırcık
1 yaprak mor lahana
15-20 dal maydanoz
Yarım adet limon
1 çay kaşığı tuz
3 çorba kaşığı zeytinyağı

Havuç ve turp rendelenir. Kıvırcık, mor lahana ve maydanoz çok ince kıyılır. Limon suyu, tuz ve zeytinyağı ilave edilir, güzelce karıştırılır. Komposto kasesine salata konur ve bastırılır. Porsiyon olarak tabaklara ters çevrilir.