



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAVRULMUŞ SOĞANLI YEŞİL SALATA

2 soğan
3 diş sarımsak
1 çay bardağı zeytinyağı
Kimyon, karabiber, tuz
1 patates
4 adet kuru domates
1 demet kuzukulağı ıspanak
1 demet roka
3 çorba kaşığı nar ekşisi

Öncelikle soğanları irice doğrayıp hazırlayın. Zeytinyağında kızartmaya başlayın. Ardından patatesi çok ince doğrayın soğanın içine ekleyip kızartın. Ispanak ve roka yapraklarını yıkayıp servis tabağına alın. Domatesleri de küp doğrayın, ezilmiş sarımsağı, nar ekşisini ve baharatları ekleyip kızarttığınız soğan, patates ve ıspanakların üzerine gezdirin.