



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KEPEKLİ GEVREK SALATA (DİYET)

2 kişilik
3-4 dilim kepek ekmeđi
4-5 diş sarımsak
2 adet domates
2 adet sivribiber
Yarım göbek marul
150 gram beyazpeynir
Çeyrek demet maydanoz

Yağsız bir tavada ekmeğ dilimlerini ve ince kıyılmış 4-5 diş sarımsağı, 5 dakika kadar kızartın. Kızartma işlemini ekmeğ dilimlerinin iki yüzüne de uygulayın. Ayrı bir kaptaki irice doğranmış göbek marulu, domatesleri, sivribiberleri, maydanozu ve beyazpeyniri karıştırın. Üzerine ısıülmüş sarımsaklı ekmeğ dilimlerini dizip, servis yapın.

Not: Sarımsağı ortadan bölüp, ekmeğ dilimlerinin üzerine sürerek fırında da kızartabilirsiniz.