



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KİNOALI KISIR

1 su bardağı beyaz kinoa
1 yemek kaşığı domates salçası
1/2 biber salçası
Cherry domates ya da 1 büyük domates
2 adet salatalık
Konserve mısır
Yarım demet maydanoz
Zeytinyağı
Nar ekşisi
Tuz
Sumak

Kinoayı önce bir kap suyun içerisine koyup bir müddet bekletin. Su yüzeyine çıkacak olanları ayıklayın. Suyunu süzdüğünüz kinoayı bir tencereye boşaltın. Üzerine yaklaşık 2 bardak su ekleyin ve kısık ateşte suyunu çekene kadar pişirin. Bir kaba domates ve biber salçasını koyup karıştırdıktan sonra bu karışıma kinoaları ekleyin. Cherry domatesleri ve salatalıkları minik minik keserek karışıma ekleyin. Mısırları katın. Maydanozları eklemekten önce tuz ve sumak katın. Ardından da zeytinyağı ve nar ekşisini ekleyin.

Not: Nar ekşisi yerine 1 yemek kaşığı limon da kullanabilirsiniz.

