



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KİNOALI CEVİZLİ TAVUKLU AKDENİZ SALATASI

- 1 adet ince dilimlenmiş Lezita Tavuk Göğsü
- 1 porsiyon Akdeniz yeşillikleri
- 3 yemek kaşığı haşlanmış beyaz kinoa
- ½ yemek kaşığı keten tohumu
- 3 adet kiraz domates
- 3 yemek kaşığı tane mısır
- 6 adet ceviz içi
- 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 yemek kaşığı limon suyu
- 2 adet fındık turp

Tavayı ısıtın. Az zeytinyağı ekleyerek Lezita Tavuk Göğsünü yüksek ateşte pişirin. Derin bir kaseenin içine Akdeniz yeşilliklerini koyun. Üzerine zeytinyağı, keten tohumu ve limon suyunu ekleyin. Salata kasesine yeşillikleri aldıktan sonra üzerine kinoayı, ceviz içini, kiraz domatesi, fındık turbu, tane mısırı ve Lezita Tavuk Göğsünü ekleyerek dekorlayın.

