



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KİNOALI TABULE SALATASI

- 1 su bardağı pişmiş kinoa
- 1 büyük boy domates, küçük küp şeklinde doğranmış
- 1 salatalık, küçük küp şeklinde doğranmış
- 1/2 demet taze maydanoz, ince kıyılmış
- 1/4 demet taze nane, ince kıyılmış
- 3 yeşil soğan, ince doğranmış
- 1 limonun suyu
- 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- Tuz, karabiber

Kinoayı paket üzerindeki talimatlara göre pişirin. Pişirme işlemi bittikten sonra soğumaya bırakın. Bir karıştırma kabında soğumuş kinoayı, doğranmış domatesi, salatalığı, taze maydanozu, taze naneyi ve yeşil soğanı birleştirin. Ayrı bir kaptaki limon suyu, zeytinyağı, tuz ve karabiberi iyice karıştırarak sos yapın. Hazırladığınız sosu kinoalı sebzelerin üzerine dökün ve iyice karıştırın. Salatayı servis tabağına alın. İsteğe bağlı olarak üzerine birkaç nane yaprağı ve maydanoz yaprağı ile süsleyebilirsiniz. Kinoalı tabule salatası servise hazır.

