



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## KIRMIZI KİNOA SALATASI

2 Su Bardağı Haşlanmış Kırmızı Kinoa  
Yarım Su Bardağı Haşlanmış Nohut  
3-4 Tane Kivircik Yaprığı  
1 Tane Küçük Karnabahar  
1 Kırmızı Soğan  
¼ Su Bardağı Badem  
1 Domates  
Deniz Tuzu  
Karabiber  
1 Limon  
Zeytinyağı  
1 Diş Sarımsak

Kırmızı kinoaları su dolu bir tencerenin içine alıp yumuşayana kadar haşlayın.

Karnabaharların yaprakların ayırıp yağlı kağıt serili fırın tepsisine deniz tuzu, karabiber, ve zeytinyağı ekleyerek 180 derece fırında 20- 30 dakika kadar pişirin.

Kırmızı soğanı ince ince doğrayıp, haşlanmış nohut ile birlikte bir kabın içerisine koyun. Ardında bademleri ve kivircikleri doğrayıp ekleyin.

Fırında kızaran karnabaharlar soğuduktan sonra haşlanmış kinoalar ve küçük küçük doğranmış domatesleri de karışıma ekleyin.

Son olarak karışımın içerisinde zeytinyağı, tuz, limon, karabiber ve rendelenmiş sarımsak ilave edin.

