



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

KIRMIZI LAHANA SALATASI

Malzemesi

1 orta boy kırmızı lahana

1 ay bardağı zeytinyağı

1 adet limon ya da 1/4 çay bardađı sirke

Tuz

Lahananın katılaşmış dış yapraklarını attıktan sonra kalanları tek tek koparıp akar su altında iyice yıkayın.

Kırmızı lahananın kökü, marul ve kıvırcık salatanınkine oranla sert olduğundan, salataya karıştırmak istiyorsanız, ayrıca temizleyip ince ince kıyarak sonra ilave edin.

Lahana yapraklarını st üste koyarak incecik kıyın. Sirkeli ya da limonlu sos hazırlayıp salataya karıştırdıktan sonra servis yapın.