



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KIŞ MEVSİM SALATASI

4 adet pırasa (körpelerden)
4 adet havuç
1 maydanoz
Az da ıspanak
Tuz
Limon
Az ayçiçek yağı

Pırasaları ince ince doğrayıp tuzla ovun. Yıkayıp bir kaba koyun. Havuçları rendeleyin. Ispanakları ince ince doğrayıp tuzla ovun ve yıkayın. Maydanozu doğrayın. Limonu, tuzunu ve yağını koyun. Hepsini karıştırın. Nefis bir salata olur.

