



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KOLAY KİNOALI SALATA

<http://www.hurriyet.com.tr>

- 1 su bardağı kinoa
- 1 çay bardağı nar tanesi
- 1 çay bardağı körpe havuç
- 1 adet dolmalık biber
- 3 adet kornişon turşu
- 2 yaprak kıvırcık
- 2 yemek kaşığı limon suyu
- 2 yemek kaşığı susam yağı
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı

Kinoaları yıkayıp bir tencereye alın ve üzerini geçecek kadar su koyup kaynamaya bırakın. Yaklaşık 30 dakikada şekilleri değişip kenarlarını patlatıp ay şeklinde uzantılar çıkarınca ocaktan alın. Suyu kalmış ise kinoaları süzüp soğumaya bırakın.

Diğer tarafta körpe havuçları çok minik doğrayın. Dolmalık biber ve turşuları da aynı büyüklükte doğrayın. Bu malzemeleri ilave etmeden önce tuz, limon suyu ve yağları ilave edip karıştırın. Daha sonra doğradığınız tüm malzemeleri ilave edin.

En üstüne nar taneleri ve incecik doğranmış yeşillikleri ilave edip salatanızı hazır hale getirin.

