



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KURU YEMİŞLİ SALATA

- 1 demet marul salata
- 3 çorba kaşığı nar eksisi
- 4 çorba kaşığı zeytinyağı
- 2 adet kuru incir
- 5 dal tere
- 5 dal maydanoz
- 50 gram yer fıstığı
- 5 adet ceviz

Roka, tere vemaıdanozu iyice yıkayıp kurulayın. Gerekirse bir peçete yardımıyla üzerlerindeki suyu alın. Diğer tarafta kıyılmış cevizi, fıstıkları karıştırıp istediğiniz kuru yemişı de içine ekleyebilirsiniz. Salataya fazladan tuz koymanıza gerek kalmayacaktır. Servis tabağına aldığınız salatanın üzerine zeytinyağıyla beraber nar eksisi ekleyip elinizle harmanlayın ve kuru yemişlerin üzerini roka ve tere karışımıyla kaplayın. Dilimlenmiş kuru incirleri üzerine serpiştirin. Kırmızıbiber ya da domatesle renklendirip servis yapın.