



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MAKARNALI SEBZE SALATASI

Yarım göbek salata
1 su bardağı haşlanmış makarna
200 gram brokoli
2 havuç
1 su bardağı haşlanmış fasulye
1 damat roka
3 çorba kaşığı nar eksisi
4 çorba kaşığı zeytinyağı
5 adet kur incir
5 dal tere
5 dal maydanoz
50 gram tulum peyniri
5 adet ceviz

Yeşillikleri iyice yıkayıp irice doğrayın. Roka, tere ve maydanozu da iyice yıkayıp kurulaşın. Gerekirse bir peçete yardımıyla üzerlerindeki suyu alın. Diğer tarafta peynir ve kıyılmış cevizi, makarna ve doğranmış havuçla karıştırıp büyük bir kasede harmanlayın. Üzerine diğer malzemeler ekleyip rengarek bir hale getirin. Servis tabağına alın. Yeşillikleri zeytinyağı ve nar ekşisi ile elinizle harmanlayın, peynirin üzerini roka ve tere karışımı ile kaplayın. Kırmızıbiber ya da domatesle renklendirip servis yapın.