



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## MANTAR SALATASI (İTALYA)

- 1 1/2 orba kaşığı natürel zeytinyağı
- 1 orta boy arpacık soğanı (ince doğranmış)
- 250 g mantar (sapları ayıklandıktan sonra, iyice yıkanıp süzdürölmüş, kurulanmış ve doğranmış)
- 1/2 tatlı kaşığı kekik
- bir tutam tuz
- 2 olgun domates (ekirdekleri temizlendikten sonra, 5 mm kalınlığında dilimlenmiş)
- 1 1/2 çorba kaşığı sirke
- 1/2 tatlı kaşığı bal
- 1 orba kaşığı limon suyu (taze sıkılmış)
- bir tutam karabiber (taze çekilmiş)
- 1 orba kaşığı kıyılmış maydanoz
- göbek salata (ya da marul) yaprakları (süsleme için)

Zeytinyağını kalın dipli bir kızartma tavasında orta ateşte ısıtıp, yağ ısınınca arpacık soğanları, mantarlar ve kekiği koyun ve sürekli karıştırarak 7 dakika kadar pişirin. Tuzu serpip, domatesler, sirke, bal, limon suyu ve karabiberi ekleyerek, karıştırın. Karışımı ara sıra karıştırarak, domatesler yumuşayınca kadar (4 dakika) pişirin. Maydanozları serpip, tavayı ateşten alın ve bir kenarda ılınmaya bırakın. Göbek salata (ya da marul) yapraklarını dört servis tabağına bölüştürüp, tavadaki salatayı üstlerine dökerek, servis yapın.

[ML® Mantar Salatası \(görsel\)](#)