



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MARUL SALATASI (ISPARTA)

Isparta İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

- 1 Adet Kuru Soğan
- 1 Büyük Kök Marul
- 1 Küçük Boy Kırmızı Lahana
- 1-2 Adet Orta Boy Havuç
- Limon Suyu
- Tuz
- 4 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
- 1 Fincan Sirke

Marul ayıklanarak geniş bir kaptaki sirkeli suda beş veya on dakika kadar bekletilerek yıkanır. Soğan incecik doğranıp tuzla ovularak yıkanır ve suyu süzdürülür. Havuçlar soyularak geniş bir kase içine rendelenir. Üzerine marul ve lahana doğranarak diğer malzemeler de ilave edilip harmanlanır. Zeytinyağı, tuz ve bolca limon suyu eklenerek karıştırılır, servis yapılır.

