



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MERCİMEK SALATASI

İstenilen miktarda mercimeği, bir tencerede, iyice yumuşayınca kadar haşlamalı ve tuzunu serpmeli ve kevgirde suyunu süzmelidir.

Tabağa alıp, üzerine taze domatesler doğrayıp zeytinyağını ve bol sirkesini dökerek kuvvetli bir salata olarak dahi yenir.

Not: Mercimek kuvvetli hububattandır. Mercimek yüzde 28 azotlu maddeyi hâvi olması itibarıyla, oldukça besleyici ve tavsiyeye şayan bir yemektir.