



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MEZGİT SALATASI

Yarım kg Mezgit
3 Adet Kuru Soğan (Orta Boy)
Yarım Demet Maydanoz
1 Yemek Kaşığı Sızma Zeytinyağı
1 Çay Kaşığı Tuz

1. Mezgitleri temizleyip yıkadıktan sonra fırın kabına koyun ve üzerine tuzu serpin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında yarım saat pişirin. Mezgitler pişmez ise pişirme süresini uzatabilirsiniz.
2. Fırından çıkardığınız mezgitlerin kılçıklarını temizleyip küçük küçük parçalara ayırın.
3. Diğer taraftan derin bir kapta, kuru soğanların kabuklarını soyup piyazlık olacak şekilde, maydanozu temizleyip yıkadıktan sonra ince ince doğrayın ve iyice karıştırın.
4. Kuru soğan ve maydanoz karışımına, fırınlanmış ve küçük parçalara bölünmüş mezgitleri ilave edip karıştırdıktan sonra servis tabağına alın. Üzerine 1 yemek kaşığı sızma zeytinyağını gezdirip servis yapın.