



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## MİSAFİR MASASINDA HAZIRLANAN SALATALAR

Madensel tuz ve vitamin kaynağı olması, iştah açmasının yanında salatalar vücudun günlük çiğ sebze ihtiyacını karşılayarak, birleşimindeki selüloz sayesinde sindirimi daha aktif hale getirir. Ayrıca yoğurt, yumurta, peynir, et, nohut, fasulye vb. ilaveler ile yapılan salatalar hayvansal ve bitkisel protein içerir.

Besin bakımından insan vücuduna birçok faydası olan bu besinlerin misafir masasında hazırlanması onların göz zevklerine de hitap etmeyi sağlar. Çiğ veya pişmiş sebze ile et, balık, tahıl, süt ürünlerinin karıştırılması ile hazırlanabilecek bir çok salata çeşidi mevcuttur.

Ancak misafir masasında hazırlanacak salatanın misafirin gözü önünde hijyenik, düzenli, besin öğelerine zarar vermeden lezzet, kıvam, renk, öğelerine ve birleşimlerine dikkat ederek pratik ve çabuk hazırlanması esastır.

Malzemeleri misafir masasına getirmeden önce mutfakta ön hazırlıkların da yapılmış olması gereklidir.

Mutfakta bazı hazırlıklar yapıldıktan sonra misafirin önünde salata hazırlayabilmek için geridon veya servis arabasında da bazı hazırlıklarımız olmalıdır. Servis arabasının veya geri donun üzerine salata hazırlamada kullanacağımız malzemeleri eksiksiz temiz ve düzenli bir şekilde yerleştirmeliyiz.(takımlar, tabaklar vb.)

Sunacağımız salatanın özelliğine uygun servis takımlarını, karıştırma kaplarını ve kullanacağımız sosları önceden servis kurallarına uygun olarak arabamıza veya geridonu muza hazırladıktan sonra konuk masasına yanaşarak misafirin yaptığımız çalışmayı görebileceği bir yerden misafirin salatasını hazırlamaya başlamalıyız.