



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NARLI ŞEHİRİYE SALATASI

Yarım adet nar
1 su bardağı arpa şehriye
1 adet kuru soğan
1 çay kaşığı sumak
Yarım demet maydanoz
1 çay kaşığı tuz
4 çorba kaşığı zeytinyağı

Şehriye haşlanır ve suyu süzülür. Nar tanelere ayrılır. Soğan çok ince kıyılır, tuz ve sumakla gevşeyene kadar ovulur. Maydanoz ince ince doğranır. Hepsini bir araya getirilir. Üzerine zeytinyağı gezdirilir. Alt-üst ederek karıştırılır.