



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KIRMIZI PANCAR SALATASI

### Malzemeler

kilogram kırmızı pancar  
2 yemek kaşığı toz şeker  
2 yemek kaşığı zeytinyağı  
1 baş sarımsak  
1 baş soğan  
2 adet havuç  
1/2 su bardağı üzüm sirkesi  
Kıvamı kadar tuz  
2 adet kabuk tarçın  
2 adet karanfil  
1/2 baş dereotu sapları  
1/2 baş maydanoz sapları

### Yapılışı

Tencereye konulan temiz yıkanmış pancarın üzerine tuz, sirke, şeker ve üzerini 4 parmak geçecek şekilde su konulur.

Soğan ve sarımsak ikiye bölünüp bir tülbende sarılarak, pancarın içine atılır.

45- 60 dakika kaynatılır.

Piştikten sonra soğumaya alınan kabuklar soyulur, aynı suyun içinde buzdolabında 21 gün muhafaza edilebilen pancarı her türlü salatanızda kullanabilirsiniz.