



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PİRİNÇ SALATASI

- 1 su bardağı pirinç
- 1 damat roka
- 1 demet tere
- 1 limon
- 1 su bardağı soya filizi
- 2 çorba kaşığı kuru üzüm
- 1 çorba kaşığı dolmalık fıstık
- 3 çorba kaşığı zeytinyağı

Yeşillikleri iyice yıkayın, süzüp kurulayın. Soya filizinin üzerine limon sıkın. Dolmalık fıstıkları tavada kavurun. Pirinçleri haşlayıp süzün. Yıkadığınız yeşillikleri elinizle iri parçalar halinde doğrayın. Ya da bütün olarak bırakın. Servis tabağına alıp üzerine zeytinyağını döküp elinizle harmanlayın. Diğer malzemeleri de üzerine alıp fıstıklar ve üzümlerle sunum yapın. Bu salataya portakal suyu da çok yakışıyor denemenizi öneririm ya da nar ekşisi. Fazla bekletmeden taze olarak tüketin. Ana yemek gibi yenilebilen bir salata. Yukarda yazdığım salata soslarından da yapıp üzerine dökebilirsiniz.