



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PORTAKALLI ISPANAK VE ROKA SALATASI

Malzeme:

1 demet roka

1 demet ıspanak

150 gram ceviz

3 adet portakal

2 orba kaşığı Altın Hasat Sızma Zeytinyağı

Tuz

Yeşillikleri yıkayıp süzdükten sonra salata servis kasesinin içine iri iri doğrayın. Portakallardan iki tanesini küçük dilimler halinde doğrayın. Diğer portakalın suyunu sıkıp zeytinyağı ile karıştırın. Yeşilliklere portakal dilimlerini ve ufak parçalara ayırdığınız cevizleri ilave edin. Tuz ile tatlandırın. Salataya portakallı sosu ilave edip karıştırdıktan sonra servis yapın.