



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ROKA RÜYASI

1 demet roka
2 diş sarımsak
5 orba kaşığı zeytinyağı
Yarım limon
1 ay kaşığı tuz
1 ay kaşığı pul biber

Sarımsak çok ince kıyılır, tuz, limon, pul biber ve zeytinyağıyla karıştırılır. Rokalar elle koparılır, servis tabağına konur. Üzerine sos gezdirilir.