



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ROKALI ENGİNAR SALATASI

2 adet enginar
1 demet roka
6 adet mantar
15 adet badem
1 yemek kaşığı kıyılmış dereotu
3 adet taze soğan
2 limonun suyu
4 yemek kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı hardal
1 yemek kaşığı mayonez
2 yemek kaşığı parmesan peyniri
Tuz

Enginarların üzerine 1 limonu sıkıp 1 bardak su ilave edin. 5 dakika haşlayıp rendeleyin. Rokaları yıkayıp ince ince doğrayın. Mantarları ve kabukları soyulmuş bademleri ince kıyıp rokaya karıştırın. Limon suyu, zeytinyağı, hardal ve mayonezi çırpın. İçine rendelenmiş enginar, dereotu ve ince doğranmış soğanları karıştırın. Rokaların üzerine koyun. Parmesan peyniriyle süsleyin.

