



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SALATANIN TAZE OLARAK SERVİSİ

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

Salataların taze olarak servis yapılmasının önemli kılan başlıca nedenler şunlardır:

Özellikle taze sebze ve meyvelerin bekleme esnasında besin değeri kayıpları çok hızla gerçekleşeceği için, servise en yakın zamanda salata hazırlanmalıdır.

Salata eğer önce hazırlandıysa, sosu mutlaka sofraya alınırken ilave edilmeli, yada servise sosuyla birlikte alınmalıdır.

Sosun içindeki limon suyu sirke gibi malzemeler özellikle sebzelerin renklerin değiştirip solduracağından buna dikkat edilmelidir.

Salatalar bekleme esnasında yalnızca besin değeri açısından değil görünüm açısından da çok şey kaybedebilir. Görüntüsü soluklaşır ve rengi olumsuz yönde değişebilir.