



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SAUCE VERTE

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

450 ml (2 su bardağından iki kaşık fazla) Mayonnaise sauce  
25 g ( 2,5 yemek kaşığı) su teresi  
50 g ıspanak  
2 yemek kaşığı maydonoz  
2 yemek kaşığı tarhun otu  
2 yemek kaşığı körpe ve taze yeşil soğan sapı

- 1-Uygun bir tencerede su kaynatınız.
- 2-Kaynamakta olan suyun içinde su teresi, ıspanak, maydonoz, tarhun otu, körpe ve taze yeşil soğan sapını 2 dk ön haşlama yapınız.
- 3-Sebzeleri soğuk sudan geçirirerek süzölmelerini sağlayınız. Fazla sularını elle sıkınız.
- 4-Süzölmüş sebzeleri robot yardımıyla veya süzgeçten geçirerek püre yapın (tahta üzerinde kıyılarakta püre haline getirilebilir).
- 5-Püreyi mayonnaise sauce ile karıştırıp, istediğiniz yerde kullanınız.

Not: Her çeşit yağsız balık ile verilebilir, özellikle; soğuk alabalık, denizalası ve deniz mahsullerinin yanında servis edilir.