



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SEMİZOTLU BALIKLI MAKARNA

Nilüfer Ünsal

Yarım paket makarna

Yarım demet semizotu

1 tutam dereotu

1 kutu konserve mısır

3-4 kutu ton balığı konserve

Semizotlarını yıkayıp kurulayın ve yaprak kısımlarını ayırın. Makarnaları tuzlu kaynar suya atıp haşlayın ve soğuk suya tutup süzün. Semizotu yaprağı, mısır taneler, kıyılmış dereotu ile harmanlayın. Ton balığını yağı ile birlikte makarnanın üzerine döküp servis yapın.

---