



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOSLU YEŞİL SALATA (DİYET)

MALZEME

1 küçük kıvırcık salata
1/4 demet roka
4 sap taze nane
1/4 haşlanmış karnabahar
İsteğe göre haşlanmış sebzeler
1 adet domates
1 adet salatalık
1 tatlı kaşığı zeytinyağı
Bir miktar limon suyu
1 çay kaşığı kuru nane
1 çay kaşığı sumak
1 çay kaşığı fesleğen
Biraz nar ekşisi

Karnaban ve seçtiğimiz mevsim sebzelerini haşlayalım. Kıvırcık salatayı, rokayı ve taze naneyi doğrayalım. Dilediğimiz sosu seçerek servis yapalım.