



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

TAHİNLİ KARNABAHAH SALATASI

1 adet orta boy karnabahar
yarım su bardağı tahin
2 diş sarımsak
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 limonun suyu

Karnabaharın yeşil yapraklarını ayıklayın, dip kısmını hafifçe oyarak çıkartın, zedelemeyen 3-4 parmak büyüklüğünde parçalara ayırın, içinde tuz ve sirke bulunan kaynamakta olan suya atarak, yumuşayınca kadar haşlayın, suyunu süzün ve çatalla ezin. Sarımsakları ayıklayın, biraz tuz ile havanda ezin. Ezilmiş sarımsaklara, tahin, limon suyu, tuz ve zeytinyağını katın, iyice karıştırın, karnabaharın üzerine dökün. Salatanın üzerine, kırmızı pul biber ekleyin. Tahinli karışım koyu olduğunda biraz su ekleyerek inceltebilirsiniz.
