



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TARATORLU KARNİBAHAR SALATASI

<https://ihe.com.tr>

1 orta baş karnabahar
½ limon suyu
Tuz
Taratoru
50 gr. ceviz veya çam fıstığı
1 dilim bayat ekmek
1 kahve fincanı zeytinyağı
½ kahve fincanı limon suyu
Tuz
Kırmızıbiber
½ diş sarmsak

Karnabaharı yıkayın, koçan kısmını kestikten sonra, tuz, limon suyu katılmış kaynar suda 20 dakikada haşlayın. (Karnabaharı bütün olarak ve çiçek kısmı üstte gelecek şekilde pişirin). Küçük parçalara ayırıp bir tabağa yerleştirin. Üzerine hazırladığınız taratoru döküp servis yapın.