



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TARHANA EZMELİ AHTAPOT SALATASI

Ahtapotu Haşlamak İçin:

200 gram ahtapot

1 adet orta boy kuru soğan

2 adet defne yaprağı

Salatası İçin:

1/8 demet dereotu

1/8 adet lime

20 ml. zeytinyağı

1 adet cherry domates

1/4 adet frenk soğanı

1/4 çay kaşığı tuz

1/4 çay kaşığı beyaz biber

1/4 çay kaşığı cajun baharatı

Tarhana Ezme İçin:

30 gram toz tarhana

40 gram süzme yoğurt

1/8 demet dereotu

1/8 demet maydanoz

1/8 demet nane

2 gram sarımsak

3 gram biber salçası

4 gram ceviz içi

1 gram zeytinyağı

2 gram kuru nane

1/4 çay kaşığı tuz

1/4 çay kaşığı karabiber

1/2 çay kaşığı toz şeker

1/2 çay kaşığı pul biber

Tarhana Ezme Servisi İçin:

3 adet susamlı, mini kokteyl kornet

Ahtapotu lezzetlenmesi ve yumuşaması için; kuru soğan ve defne yaprağının üzerini geçecek kadar su ekleyin.

3 saat kadar pişirin.

Hızlı bir şekilde soğuttuktan sonra ahtapotu temizleyin.

Kol kısımlarını iri parçalar halinde doğrayın.

Dereotu ve frenk soğanını ince ince kesin.

Lime diliminin kabuklarını jülyen şeklinde doğrayın.

Suyunu sıkın.

Cherry domatesi küçük küpler halinde kesin.

Doğradığınız salata malzemelerini, zeytinyağı, tuz, beyaz biber ve cajun baharatı ile harmanlayın.

Daha sonra söğüş ahtapot parçaları ile karıştırın.

Ahtapot salatanız hazır, tabaktaki yerini şimdiden alabilir.

Tarhana ezmesini hazırlamak için; süzme yoğurt ile toz tarhanayı iyice karıştırın.

Maydanoz, dereotu ve naneyi ince ince doğrayın.

Sarımsağı rendeleyin ve doğranmış yeşillikler ile birlikte, tarhanalı süzme yoğurda katın.

Biber salçası, ince çekilmiş ceviz içi, zeytinyağı, kuru nane, tuz, karabiber, toz şeker ve pul biber ilave edin.

Tüm malzemeyi karıştırdıktan sonra, susamlı mini kokteyl kornetler içinde servis edin.



© lezzetler.com tarif no:157363 • adı:Tarhana Ezmeli Ahtapot Salatası • gönderen:Doctor • indirme tarihi:30.04.2024 - 14:31