



TAVUKLU KARABUĞDAY SALATASI

1 ay bardağı haşlanmış karabuğday
1 avuç hařlanmıř brokoli
1 parça haşlanmış tavuk göğsü
Göbek marul
Maydanoz
Nane
Dereotu
Kırmızı lahana
3 sap taze sođan
Sosu için:
Zeytinyađı
Elma sirkesi

Elinizdeki tüm sebzeleri doğrayın ve haşladığınız karabuğdayı karıştırıp üzerine tavukları didikleyin. stne zeytinyağı ve elma sirkesi gezdirdikten sonra bu hafif salatayı doya doya yiyebilirsiniz.

