



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TONLU SANDVIÇ

1 adet ton konserve
1 adet uzun sandviç ekmeđi
Ketçap
Mayonez
Marul
Domates
Havuç

Konserve tonun yağını süzdürüp bir tabağa alın.İçine ketçap sıkıp karıştırın. Ton balığı lif lif olsun. İsterseniz acılı ketçapta kullanabilirsiniz.

Daha sonra bu karışımı sandviç ekmeğinin her iki tarafına güzelce sürün.

Sonra bir yerde bir adet havucu rendeleyin ve bir adet domatesi çok ince dilimleyin.

İki tane marul yaprağını yıkayın.

Sandviç ekmeğinin içinde tonlu kısımlarının üzerine domatesleri yerleştirin.

İçine havuç ve en son bütün olarak marul yapraklarını koyun.

Dilerseniz mayonezde içine kullanabilirsiniz.
