



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TON BALIKLI SEBZE SALATASI

500 gr konserve ton balığı
1 adet havuç
4 adet patates
1 adet kırmızı dolmalık biber
3-4 diş sarımsak
3 adet taze soğan
1 çorba kaşığı taze nane
1/2 demet dereotu
Tuz
Pul kırmızıbiber

Havucun kabuklarını soyup, patateslerle birlikte haşlayalım.
Taze soğanı, dereotunu, naneyi ve sarımsağı ayıklayıp, yıkadıktan sonra ince ince kıyalım.
Haşlanmış olan patateslerin kabuklarını soyup, havuç ile birlikte parmak ucu büyüklüğünde keselim.
Bütün malzemeyi büyükçe bir kabın içine koyup, iyice karıştıralım.
üzerine 500 gr kadar ton balığı konservesini yayıp, bir tutam da pul kırmızıbiber serpererek servis yapalım.

Not: Arzu edenler üzerine yağ ve limon suyu ilave edebilirler.