



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

VEJETARYEN SALATASI

1 marul
2 adet büyük armut
limon suyu
100 gram krem peynir
50 gram hurma
20 gram ceviz baharat

Marul yapraklarını derin olmayan bir salata tabağının kenarına dizin. Marulun göbeğini süsleme için bir kenara ayırın. Armutları soyup ikiye bölün, içinden çekirdeğini çıkarın ve biraz oyun, üzerlerine limon suyu serpin. Armuttan çıkardığınız içi bir kaba koyun ve buna peyniri, doğranmış hurmayı, ezilmiş cevizleri ilave edip iyice karıştırın. Arzuınıza göre baharat koyun.