



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

VİTAMİN TABAĞI

2 havuç
Yarım kırmızılaksana
1'er domates, salatalık
1 beyaz soğan
6 dal maydanoz
Yarım limon
2 kaşık zeytinyağı

Beyaz soğanı halka halka, kırmızılakanayı ince ince doğrayın. Üzerine bir miktar sirke dökün ki rengi güzel olsun. Havuçları rendeleyin. Hepsinin üzerine mutlaka limon suyu sıkın. Servis kâselerine bölüştürüp zeytinyağı gezdirin, salatalık ve domateslerle süsleyin. Hiç bekletmeden yenmeli ki vitamini kaçmasın.