



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YEMİŞLİ SALATA

- 1 adet Banvit Piliç Göğüs Bonfile (2x3 cm ebadında doğranmış)
- 1 adet kıvırcık marul (iri doğranmış)
- 1 adet kırmızı soğan (ince piyaz doğranmış)
- 2 sap taze soğan (ince kıyılmış)
- 3 sap dereotu (ince kıyılmış)
- 5-6 sap roka (iri doğranmış)
- 1 adet kırmızı turp (dilimlenmiş)
- 50 gr kavrulmuş fındık (kalın kıyılmış)
- 60 ml portakal suyu
- 1 çorba kaşığı elma sirkesi
- 2 çorba kaşığı yoğurt
- 5 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 çorba kaşığı limon suyu
- Tuz , tane karabiber (arzu edilen miktarda)
- 60 ml süt
- 2 çorba kaşığı nar tanesi

Kıvırcık marul, kırmızı soğan, taze soğan, dereotu ve rokayı geniş bir kaptan harmanlayın.

Üzerine, turp ve fındık serpin. Tuz, portakal suyu, sirke, yoğurt, 3 çorba kaşığı zeytinyağı ve limon suyunu çırpın, malzemelerin üzerine gezdirip hepsini harmanlayın.

Kalan zeytinyağını ısıtın, etleri katıp karıştırarak 5 dak. soteleyin. Sütü ilave edip üzerine karabiber serpin. Kısık ateşte 5 dak. daha pişirin.

Etlere hazırladığınız malzemenin üzerine koyun, nar tanelerini serperek servis yapın.

