



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI KARIŞIK SALATA

400 gram taze fasulye
400 gram ıspanak
1 demet taze soğan
1 demet maydanoz
1 adet havuç
1 adet limon
Yarım ay bardağı zeytinyağı

Taze fasulyeyi ince uzun bir şekilde doğrayıp 10 dakika kadar tuzlu suda haşlıyoruz. Ispanakları da irice doğruyoruz. Haşlanmış fasulyeyi, uzun doğranmış taze soğanı, ıspanakları ve maydanozu 4 dakika kadar zeytinyağıyla sote ediyoruz. Servis tabağına alıp limon suyu ve havuç dilimleriyle süslüyoruz. İstenirse ceviz ya da bademlerle ikram ediyoruz.