



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZIRH SALATASI (BİLECİK)

Ispanak
Zeytinyağı
Taze soğan
Toz kışniş
Sarımşak
Süzme yoğurt
Pul biber
Tuz

Ispanağı ince ince doğrayarak haşlayın.
Yağ ve soğanla kavurun. Tuz, kışniş, sarımşak ve yoğurdu karıştırın.
Soğumuş ispanağa yoğurdu ilave edin. Üzerine yoğurt döküp
Tereyağında yakılmış pul biber ile servis edin.

Not: Zırh salatası "harşıl" adıyla da bilinir.

