



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

KIRMIZI SALATA



Yarım adet kırmızı lahana
1 adet kırmızı pancar
1 adet kırmızı soğan
1 adet kırmızı biber
1 orba kaşığı nar ekşisi
4 orba kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı tuz

- # Lahana ve soğan çok ince kıyılır, tuz eklenir ve gevşeyene dek ovulur.
- # Biberin tohumu çıkarılır, küçük doğranır. Pancar soyulur, iri rendelenir.
- # Hazırlanan malzeme bir araya getirilir. Nar ekşisi ve zeytinyağı katılır, karıştırılır.
- # Servis tabağına aktarılır.

Not: Kolay hazmedebilmek için pancar haşlanarak da kullanılabilir.