



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

MERCİMEK SALATASI



- 1 Su bardağı yeşil mercimek
- 1 ay bardađı kuskus makarna
- Yarım demet dereotu
- Yarım demet maydanoz
- 5 Adet taze sođan
- 4 orba kaşığı zeytinyağı
- 1 Tatlı kaşığı tuz
- 1 Adet limon

Bir gece önceden mercimek yıkanır, 2 su bardağı suya ıslatılır. Ertesi günü ıslatma suyu ile birlikte kısık ateşte suyunu çekene kadar pişirilir.

Kuskus haşlanır, suyu süzülür, soğuk sudan geçirilir, çukur bir kaba alınır.

zerine haşlanmış, soğumuş mercimek konur, hemen malzemelerin yapışmaması için zeytinyağı katılır, karışırılır.

Taze soğan, maydanoz, dereotu ince kıyılır, karışımına eklenir. Tuz ve limon suyu ilave edilir, karışırılır.

Servis tabağına alınır, sofraya getirilir.

Not: Mercimek salatası, aynı zamanda lezzetli bir diyet yemeğidir.