



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)  
بانو أتابي لذیذ المتواضع من وصفات الأكل

## سلطة إيطالياني italyan Salatasi



٣ أعداد طماطم كبرى  
٥ شرائح صلام  
١ عدد خيار  
٢ عدد فلفل حاد  
٢ ورق خس  
١ ملعقة حلو ريحان  
٣ أسنان ثوم  
٢ ملعقة حساء بقر  
٣ ملاعق حساء خل  
٣ ملاعق حساء ماء  
٤ ملاعق حساء زيت  
١ ملعقة حلو ملح

# ينشر القذاذ الطماطم ويقطع على كبر بندق  
# ويستخرج بذور الفلفل , ويقطع كبراً ويقطع الخيار أيضاً على كبر بندق  
# الخيار والفلفل والطماطم والخس المقطع الرقيق على وعاء محفورة  
# يوضع عليها الطحين والثوم المسحوق والخل والماء والزيت الزيتون وريحان جاف المصيح من الصوص ويخلط  
# وفي الأخير يضاف فلفل أسود والملح ومقطوع الصلام صغير ويخلط  
# ويؤخذ على أطباق الخدمة

ملاحظة : عدة وجود خل التفاح يوضع على سلطة إيطالياني وتعطي لذتها بشكل آخر