



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

## سلطة لوبياء Börölce Salatası



٥٠٠ غرام لوبياء  
٣ أسنان ثوم  
٢ ملعقة حساء زيت ال  
١ مياه الليمون  
١ ملعقة حلو ملح

- # يغسل لوبياء ويقطع أطرافه
- # يغلي لوبياء بوضع واحد كزب ماء والملح في القدر
- # مغلي وبناعم لوبياء يؤخذ من الماء ويبرد إذا رغبت تقطع على عدة أجزاء
- # يؤخذ لوبياء الباردة على كوب واحد
- # يسكب عليها ثوم المسحوق ومياه الليمون الذي تتكون من خلط الزيت الزيتون
- # بعدما انتظر في الثلاجة ساعة واحد تقدم للخدمة

ملاحظة : لا توضع ملحاً في السلطة لأن قد وضع في ماء المغلي