



Mangez, buvez mais n'abusez pas (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Les recettes de cuisines

---

## Salade Rouge

Kırmızı Salata



½ chou rouge  
1 betterave rouge  
1 oignon rouge  
1 poivron rouge  
1 cuillère à soupe de grenade  
4 cuillères à soupe d'huile d'olive  
1 cuillère à café de sel

# Hachez le chou et l'oignon rouge finement. Rajoutez du sel puis mélangez jusqu'à qu'ils se détendent.  
# Sortez les pépins des piments puis coupez finement. Épluchez la betterave puis râpez grossièrement.  
# Rassemblez les ingrédients. Rajoutez de la grenade et de l'huile d'olive. Mélangez l'ensemble.  
# Prenez dans une assiette.

N-B; Vous pouvez faire bouillir la betterave pour digérer plus facilement.