



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.