



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

Insalata di Cavolo con Pollo

Tavuklu Lahana Salatası



4-5 foglie di cavolo bianco
1 petto di pollo
3 sottaceti di cetriolo
Mezzo mazzetto di prezzemolo
2 cucchiaini di maionese
2 cucchiaini di yogurt
3 cucchiaini di aceto
1 cucchiaino di peperoncino a rosso
1 cucchiaino di sale

- # La carne di pollo si bollisce e si tagliano.
- # Cavolo si macina infine alla sopra si aggiungono aceto e sale e schiacciano.
- # Cetrioli italiano infine ed aneto si macina.
- # I materiali preparati prendono nella ciotola da miscelare.
- # Maionese yogurt olio d'oliva e peperoncino a rosso si mischiano in un'altra ciotola.
- # Dopo la miscelata di maionese si svuota sopra degli altri materiali e si mischiano.
- # Insalata preparata prende nel piatto da servire si porta al tavolo.

Nota: In questa insalata non serve aggiungere aceto in più perché i cavoli si schiacciano con l'aceto.