



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

Insalata del Inverno

Kış Salatası



1 carota
1 ravanello
3 rami di cavolo rosso
3 rami di lattuga
3 cucchiaini olio d'oliva
2 cucchiaini aceto o succo di limone
1 cucchiaino di sale

Si sbuciano carota e ravanello e poi si trattugiano con la parte grosso del grattugia separatamente.
Lattuga e cavolo rosso si lavano bene e s poi si filtrano e si taglino finemente.
Si mettono separatamente in una piastara; ravanello, carota, lattuga e i rami del cavolo rosso .
Sopra si mette la salsa che si ha fatto da aceto, sale e del olio.

Nota: Questa insalata si deve prepararsi subito prima del mangiare.