



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

---

## Insalata di Porcellana

Semizotu Salatası



1 mazzetta di porcellana  
1 bicchiere yogurt  
2 cucchiari olio d'oliva  
1 manciata interno di noce  
1 cucchiaino di aceto  
1 spicchio d'aglio  
1 cucchiaino di sale

# Porcellana si pulisce bene, poi si lava bene, e si filtra bene poi si tagliano grandezza di 1 dito.

# Poi yogurt si mescola bene, sopra si aggiungono aglio pestato, olio d'oliva aceto e sale poi interno di noce , si mescolano bene.

# Poi la miscelata di yogurt si mette sopra porcellana e si mescola, Si prende nel piatto da servire , si figura come volendo. E si porta al tavolo.

**Nota:** Preparazione di questa insalata preferisce di usare porcellana fresca.