

ETLİ MARUL SALATASI

MALZEMELER

- ☐ 350 gr Hindi Filetosu
- ☐ 1-2 Tatlı Kaşığı Bal
- ☐ 1 Çorba Kaşığı Soya Sosu
- ☐ 1-2 Çorba Kaşığı Limon Suyu
- ☐ 1 Küçük Atom Marul
- ☐ 1 Çorba Kaşığı Soyulmuş Ay çekirdeği
- ☐ 250 gr Kiraz Domates
- ☐ 1 Salatalık
- ☐ 1 Küçük Kutu Mısır (Hazır ürün, konserve)
- ☐ 1 Demet Taze Soğan
- ☐ 1 Çorba Kaşığı Sirke
- ☐ 2 Çorba Kaşığı Sıvıyağ
- ☐ 1 Çorba Kaşığı Margarin
- ☐ Tuz
- ☐ Karabiber

HAZIRLANIŞI

Eti ayıklayıp ince şeritler halinde doğrayın.

Bir kasede bal, soya sosu, limon suyu, tuz ve karabiberi karıştırıp bir marinat hazırlayın. Marinatı etin üzerine döküp karıştırın. Etin üzerini örterek buzdolabında 20 dakika kadar bekletin.

Bu arada çekirdekleri yağsız bir tavada kavurun.

Marul, domates ve salatayı iyice yıkayıp suyunu süzün. Marulu iri doğrayın.

Domatesleri ikiye bölün. Salatalığı ince dilimler halinde doğrayın. Mısırı süzün. Taze soğanı yıkayıp ayıkladıktan sonra ince ince doğrayın.

Sirke, tuz, karabiber ve sıvıyağı karıştırıp bir sos hazırlayın.

Margarini bir tavada eritin ve eti tavada 3 dakika kavurun. Kısa bir süre soğumasını bekleyin.

Büyük bir servis kasesinde marul, domates salatalık ve mısırı salata sosu ile karıştırın. Taze soğan ve çekirdekleri ekleyin. Eti salatanın üzerine yerleştirip servis yapın

Öneri :

Eti pişirmeden önce marinattan çıkarıp susama bulursanız çok daha farklı bir tat elde edebilirsiniz.