



KIRAZ'IN
MUTFAĞI



Yeşil Mercimekli Kinoa Salatası



Süre: 35 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 15 dakika

>> **Piştirme Süresi:** 20 dakika

>> **Kaç Kişilik:** 4 kişilik

Malzemeler:

- 1 su bardağı kinoa
- 1 su bardağı haşlanmış yeşil mercimek
- 1 salatalık
- 1 kırmızı biber
- 1/2 demet maydanoz
- 1 limon
- 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- Tuz

Ön Hazırlık:

Sebze, yeşillik ve tahılları yıkadıktan sonra iyice süzün. Ölçüleri hazırlayıp sosu ayrı kapta karıştırmak daha dengeli kıvam ve tat sağlar.

Servis Önerisi:

Soğuk veya oda sıcaklığında servis edin.

Yapılışı:

1. Kinoaı pişirin:

- Yıkayıp suyunu çekene dek haşlayın.
- Sürenin sonuna doğru tadıp kıvamını kontrol edin. Süzdükten sonra sudan geçirmeyin; yüzeydeki nişasta sosun daha iyi tutunmasına yardım eder.

2. Sebzeyi doğrayın:

- Küçük küpler hazırlayın.
- Benzer büyüklükte parçalar hazırlayın ve kesilen malzemeleri ezmeden geniş bir karıştırma kabına alın.



3. Sosu ırpın:

- Limon, yağ ve tuzu karıştırın.
- Sos malzemelerini ayrı bir kasede pürüzsüz olana kadar çırpın; tadına bakıp limon, tuz ve yağ dengesini servis öncesinde ayarlayın.

4. Birleştirin:

- Soğuyan kinoa, mercimek ve sebzeleri harmanlayın.
- Benzer büyüklükte parçalar hazırlayın ve kesilen malzemeleri ezmeden geniş bir karıştırma kabına alın.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Taze malzemeleri servis zamanına yakın birleştirin. Sosu önceden eklerseniz sebzeler su salabilir ve tarif bekledikçe kıvamını kaybedebilir.

>> **İpucu:** Kinoaı soğutmadan yeşilliğey eklemeyin.

Kiraz'ın
Mutfağı