

سالاد ماکارونی باسبزی

سمیرا بیرامی

مواد لازم

- ماکارونی: ۳۵۰ گرم
- هویج: ۱ عدد
- گوجه گیلاسی: ۱۰ عدد
- کلم بروکلی: ۱۵۰ گرم
- ذرت: ۶ قاشق غذاخوری
- ساقه سیر: ۱ عدد
- کدو: ۱ عدد
- خیار: ۱ عدد

مواد لازم برای تهیه سس

- گردو: ۵۰ گرم
- مغز تخمه آفتابگردان: ۸۰ گرم
- کنجد: ۲ قاشق غذاخوری
- آب لبو: یک چهارم پیمانه
- لیمو: ۲ عدد
- آب: ۱ پیمانه
- روغن یا روغن زیتون: ۶ قاشق غذاخوری
- نمک و فلفل: به میزان لازم

طرز تهیه سس

۱. گردو، مغز تخمه آفتابگردان، کنجد، روغن زیتون، آب لبو، آب، نمک و فلفل را در مخلوط کن می ریزیم. آب لیموترش را هم می گیریم و به آن ها اضافه می کنیم.
۲. تا زمانی که ترکیب سس یکدست و روان شود، اجازه می دهیم مواد در مخلوط کن مخلوط شوند.

طرز تهیه سالاد ماکارونی

۱. و گوجه ها را از وسط نصف می کنیم. سپس ساقه های سیر و کلم بروکلی را هم خرد می کنیم و به همراه ذرت، همه مواد را به ماکارونی اضافه می کنیم.
۳. حالا سس را روی مخلوط ماکارونی و سبزی ها می ریزیم، خوب هم می زنیم و در یخچال قرار می دهیم.
- نکته: در زمان پذیرایی، مخلوط را دوباره به خوبی هم بزنید.

۱. ماکارونی را در آب جوش می ریزیم و پس از حدود ۲۰ دقیقه آبکش می کنیم و می گذاریم سرد شود.
۲. خیار و کدو را نگینی خرد می کنیم، هویج ها را به صورت درشت رنده می کنیم