



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ KARALAHANA SARMASI (TRABZON)

Malzeme
Karalahana
Kuşbaşı et
Soğan
Pirinç
Sıvıyağ
Maydanoz
Sarımsak
Nane
Karabiber
Tuz.

Yapılışı

Karalahana sapları kırılarak yıkanır ve içi su dolu bir tencereye koyularak haşlanır. Diğer taraftan sarma içi hazırlanır. Kuşbaşı et iyice inceltilerek doğranır, ince kıyılmış soğan, pirinç, sarımsak maydanoz, nane, tuz, karabiber ve sıvıyağ koyularak yoğrulur. Haşlanan kara lahana içerisine hazırlanan karışım koyularak parmak kalındığında sarılır ve bir tencereyi dizilir, içerisine sarmaların üzerine gelecek miktarda su ilave edilerek kısık ateşte pişirilir.