



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ LAHANA SARMASI

400 gram sotelik kuşbaşı et
1 kilo beyaz lahana
3 adet soğan
1 su bardağı pirinç
1 çorba kaşığı salça
Tuz, karabiber
1 su bardağı sıvı yağ

Lahanayı diriliğini kaybetmeden tencerede haşlayın. Diğer taraftan ince doğranmış etleri, pirinci, soğanı kavurup içine baharatları ekleyip 1 su bardağı su ilave ederek 10 dakika kadar pişirip ocaktan alın. Haşlanmış lahanayı süzüp yapraklara ayırın ve iç harçtan koyup küçük küçük sarın. Tencereye dizin. Üzerine 3 su bardağı su koyun 25 dakika kadar pişirin.