



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## FIRINDA LAHANA GARNİTÜRÜ

- 1 adet küçük beyaz lahana
- 1 adet havuç
- 1 adet tavuk suyu tablet
- 1 su bardağı su
- 3 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığı tuz

Lahana iri olarak doğranır. Bir fırın kabına konur. Üzerine daire şeklinde doğranmış havuçlar atılır. Sıcak suyun içinde tavuk suyu tablet eritilir. Tuz ve zeytinyağı eklenir, karıştırılır. Karışım lahanaların üzerine gezdirilir. Üzeri alüminyum folyoyle kapatılır. 180 derece fırında 40 dakika pişirilir. Et yemekleriyle birlikte servise sunulur.

---