



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARALAHANA YEMEĞİ

4 kişilik
100 gram barbunya fasulyesi
1 kg karalahana
2 çorba kaşığı mısır kırığı (bulgur veya pirinç),
1 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı margarin
1 tutam iç yağı
2 adet soğan
yeteri kadar tuz, karabiber, süs biberi

Barbunya fasulyelerinin bir gece önceden suda ıslatın. Ertesi gün kara lahanalarla beraber haşlayın. Barbunyalar ezilmeye başlayınca ve kara lahananın kara suyu çıkınca suyunu süzün. Margarin ve tereyağını bir tavada kızdırın. Küp şeklinde doğradığınız soğanları ve iç yağını ilave edip, birlikte kavurun. Kavrulan malzemeyi, haşladığınız kara lahanaya ilave edip, pişirin. Kara lahanın sapları elinizde ezilince, karalahana pişmiş demektir. Mısır kırığını karışımın üzerine döküp, biraz daha pişirin.



Fotoğraf "teşrifat" tarafından gönderildi. 14.05.2016