



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KEREVİZ SÜRPRİZ

2 adet orta boy kereviz
1 adet yumurta
1/2 limon
1 bağ kıyılmış maydanoz
1 çorba kaşığı tepeleme yağ
4 adet bütün lahana yaprağı
1 iri soğan, ince kıyılmış
250 gram yağsız koyun kıyması
1,5 su bardağı et suyu
1/2 tatlı kaşığı tuz
Az karabiber
1 tatlı kaşığı yağ

- 1) Kerevizin başını ve yapraklı kısmını hafif keserek, ortadan enine yararak kabuklarını soyunuz.
- 2) Sonra yardığınız kısımda iç tarafında yarım santim kenar bırakarak evvelâ bıçağın ucuyla, sonra bir kaşıkla içini delmeden hafif yuva gibi oyunuz, limonla ovarak soğuk suyun içinde bekletiniz.
- 3) 1 çorba kaşığı yağ bir tencereye koyarak hafif kızdırıp soğanı ilâve ediniz. 2 dakika karıştırarak orta ateşte kavurup kıymasını ilâve ediniz.
- 4) 3-4 dakika daha karıştırarak kavurup ateşten alınız. İçine tuz, biber ve 1 adet yumurtayı ve maydanozu ilâve ederek karıştırınız.
- 5) Kerevizleri sudan çıkarıp kıymalı harcı eşit olarak içlerine doldurunuz.
- 6) Lahana yapraklarını parçalamadan başlarındaki sert yaprakları hafifçe kesin ve kerevizleri lahana yapraklarına sarınız.
- 7) Kerevizleri küçük bir tencereye doldurulmuş kısmını yukarı getirterek oturtunuz ve üzerine et suyunu ve çiğden yağın koyup ağır ağır kaynatarak kontrol ederek 45 dakika pişirip servis yapınız.