



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LAHANA SARMASI (EDİRNE)

İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 orta boy beyaz lahana

1 kg. kuzu eti

3 ba  soğan

3  orba ka ı ı tereya 

2-3 adet kırmızı ba ak biberi

Lahana küçük parçalar halinde kıyılıp tencereye yerleştirilir. İnce kıyılmış so anlar lahanaların üzerine ve so anların üzerine de yıkanmış etler ve tuz, kırmızı biberler ve parça parça tereya lar konularak tencere ateşin üzerine konup, yarım çay bardağı kadar su ilave edilip tencerenin kapağı kapatılır. Yaklaşık 1 saat süreyle orta ısıllı ateşte lahanaların ve etlerin pi mesi sağlanır.

Tencereye yerleştirilir. İnce kıyılmış so anlar lahanaların üzerine ve so anların üzerine de yıkanmış etler ve tuz, kırmızı biberler ve parça parça tereya lar konularak tencere ateşin üzerine konup, yarım çay bardağı kadar su ilave edilip tencerenin kapağı kapatılır. Yaklaşık 1 saat süreyle orta ısıllı ateşte lahanaların ve etlerin pi mesi sağlanır.