



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BALKABAKLI VE KESTANELİ BRÜKSEL LAHANASI

<https://yemek.name>

750 gram brüksel lahanası
1 kase balkabağı
1/3 bardak kavrulmuş veya haşlanmış
kestane
8-10 adet minik kuru soğan
2 yemek kaşığı elma sirkesi
1 tatlı kaşığı hardal
1 yemek kaşığı şeker
1 tatlı kaşığı taze kekik
1 tatlı kaşığı taze adaçayı
Zeytinyağı
Tuz

Bir kasede sirke, hardal, şeker ve kekiği karıştırın.

Tencereye su ve tuz ekleyip kaynatın.

Temizlenmiş lahanaları 5 dakika kaynatıp soğuk sudan geçirip süzün.

Lahanaları ortadan ikiye kesin ve kağıt havlu üzerinde suyunu çekmesini sağlayın.

Kaynamış suya küp küp doğranmış balkabağını ekleyip 5 dakika haşlayın ve soğuk sudan geçirip yine kağıt havlu üzerinde iyice süzülmesini sağlayın.

Geniş bir tavada 2 yemek kaşığı zeytinyağını ısıtın, balkabağını ekleyip yüksek ısıda kahverengi olana kadar soteleyin.

Balkabağını servis tabağına alın.

Aynı tavaya biraz daha zeytinyağı ilave edip soğanları 5 dakika kavurun.

Lahanaları ekleyin ve hafif kızarana kadar ara sıra çevirerek kavurun.

Kestane ve ince doğranmış adaçayını katıp 1-2 dakika daha kavurun.

Karışımı balkabağına ekleyip tuzunu ve sosunu döküp karıştırın.

Sıcakken servis edin.

