



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BALKAN BEYAZ LAHANA SARMASI (DÜZCE)

Düzce İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 orta boy beyaz lahana
3 su bardağı pirinç
½ çay bardağı sıvı yağ
2 adet kuru soğan
1,5 yemek kaşığı biber salçası
1,5 yemek kaşığı domates salçası
1 çay kaşığı nane
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı kırmızı toz biber
1 çorba kaşığı tuz
Yeteri miktar su

İlk olarak derin bir tencerede lahanalar haşlanır, süzülür ve soğumaya bırakılır. Aynı bir tencerede ince doğranmış soğan, bir yemek kaşığı biber ve domates salçası yağda kavrulur. İçine pirinç ilave edilir ve bir çay bardağı kaynar su ile çektilir. Üzerine nane, karabiber ve toz biber de konularak iç malzeme iyice harmanlanır. Haşlanan lahanaların içerisine hazırlan iç malzeme konularak sarılır ve tencereye dizilir. Bir çorba kâsesinde, bir yemek kaşığı biber ve domates salçası suyla açılır ve sarmaların üzerine gezdirilir. Üstünü iki parmak geçecek kadar kaynar su ilave edilir ve dolmaların dağılmaması için dolma tabağı konularak sıkıştırılır. Kaynadıktan sonra altı kısılarak suyunu çekene kadar pişirilir.

