



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

BRÜKSEL LAHANASI GARNİTÜRÜ

1 kilo Brüksel lahanası

1 çorba kaşığı tereyağı

Lahanaların başlarını hafifçe kesip, sarı yapraklarını alarak 3-4 defa yıkayınız.

İçinde 1/2 çay kaşığı karbonat bulunan bol kaynar suda 12 dakika haşlayıp soğuk su akıtarak soğutunuz ve bir kenara ayırınız.

Servis yapacağınız zaman bir süzgeçle kaynar suya batırıp 2-3 dakika bekleterek çıkarınız.

Tuzlayarak tereyağında 3-4 dakika sote yapıp servis yapınız.
