



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKŞİ LAHANA YEMEĞİ (BAYBURT)

Kuzeydoğu Anadolu Kalkınma Ajansı

1 kg. salamura beyaz lahana
1 kg. kurutulmuş kemikli parça et
2 adet kuru soğan
150 gr. tereyağı
1 yemek kaşığı salça
200 gr. ince bulgur
1 çay kaşığı pul biber

Yemeklik doğranmış soğanlar tereyağında pembeleşinceye kadar kavrulur.

Daha sonra sırasıyla salça, et parçaları ve lahana eklenerek kavrulur.

Bulgur eklenerek haşlanmış olan etin suyunda 5 dk. kadar pişirilir.

Yeterince sıcak su ile birlikte pul biber ve tuz eklenerek hafif karıştırılır.

Tencerenin kapağı kapatılır. Yaklaşık 40-45 dk. kadar çok yüksek olmayan ateşte pişirilir. Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Yemek ne çok sulu ne de tam olarak suyunu çekmiş şekilde olmamalıdır. Lahana zırhla doğranarak bir kavanoz içerisinde tuzlanıp 1 hafta kadar suda bekletilir.

