



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## EKŞİLİ LAHANALI SALÇALI PİLAV

- 1 tane beyaz lahana
- 2 tane limon suyu
- 1 kaşık pul biber
- 2 kaşık biber salçası
- Yarım bardak sıvı yağ
- Pilav için:
- 2 bardak pilavlık iri bulgur
- 3 bardak su
- 1 kaşık sana margarin
- 1 çay bardağı sıvı yağ
- 1 tane kuru soğan
- 2 tane domates
- 2 tane sivribiber
- 1 kaşık salça
- 1 kaşık tuz - karabiber

Beyaz lahanalar hafif tuzlu suda yeme kıvamına gelinceye kadar haşlanıp süzülür. Derin bir kaba alınıp üzerine limon suyu, pulbiber, tuz ve sıvıyağ gezdirilir. Biber salçasıda ilave edilip güzelce harmanlanır. Limonsuyu ve pulbiberini arzuya göre çoğaltıp yada azaltabilirsiniz.

Teflon tencerede sıvıyağı ve sana margarini ısıtıp yemeklik doğranmış soğanları ilave edin ve pembeleşinceye kadar kavurun. İnce kıydığınız sivribiberleri ve küp küp doğradınız domatesleri ve salçayı ilave edip tekrar bir iki dakika kavrun. Son olarak bulguru, tuzu ve sıcak suyu ilave edin. Pilav pişince demlenmeye bırakın. Ekşili lahanayı ve bulgur pilavını beraber servis edin.