



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ELMALI LAHANA

4 su bardağı kıyılı lahana
2 elma
1 soğan
4 orba kaşığı tereyağı
2 orba kaşığı Őeker
3 orba kaşığı sirke
1 tutam kırmızı biber

Tereyağı eritildikten sonra içine Őeker atılır ve karıştırılır. İçine soğan atılır yine karıştırılır, karışım pembe renk alınca lahana, sirke, elma ve baharat ilâve edilir. Ağır ateşte pişirilir. Bu arada, tencereye et suyu azar azar konmalıdır. Sebzeler yumuşayınca ateşten indirilir.