



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## PARÇA ETLİ BRÜKSELLAHANASI

1 kg Brüksellahanası  
300 gr nohut  
2 soğan  
et suyu  
300 gr parça et  
3 kaşık tereyağı  
tuz

Lahanalar ve akşamdan suda beklemiş, nohutlar haşlanır. Bir tencereye kızdırılmış yağda soğan, ve et konup kavrulur. Su ve tuz ilave edilip kaynatılır. Brüksellahanası ve nohut ilave edip pişirilir.

Not: Kaşık sokmadan sallayarak pişirmek gerekir.