



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## ETLİ LAHANA

2 kg. lahana  
500 gr. yağlı koyun eti  
3 adet soğan  
2 çorba kaşığı yağ  
3 bardak su  
1 adet kırmızı biber  
Arzu edilirse 1 çorba kaşığı salça (domates)

Bir tencereye yağ, doğranmış et, kıyılmış soğan konur. 10 dakika kanştınlarak pişirilir. İri doğranmış lâhana ilâve edilir. Lâhananın rengi soluncaya kadar pişirilir. 3 bardak su, tuz, biber, salça ilâve edilir, 2 veya 3 saat az suyu kalıncaya kadar pişirilir.

Not: Arzu edilirse 3 çorba kaşığı pirinç de konur.