



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA LAHANA DOLMASI

2 bardak haşlanmış baldo pirinci
7-8 haşlanmış lahana yaprağı
250 gr. kıyma
1 büyük baş soğan
1 adet küp doğranmış domates
yarım demet dereotu
1 adet limon
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı yenibahar
1 tatlı kaşığı karabiber
2 su bardağı su
tuz

yemeklik doğranan soğanı ve kıymayı zeytinyağında kavurun, içine dereotu, pirinç, domates, yenibahar, karabiber ve tuzunu ilave edip 5 dakika daha kavurun. Lahana yapraklarını bir kase yardımıyla yuvarlak kesin. Hazırlanan bu içi lahana yapraklarına yerleştirip üstü açık olacak şekilde sarın. Yaprakların açılmaması için dikiş ipliği ile etrafını sarın (piştikten sonra bu ipi çıkartın) Fırın kabına dolmaları dizin 2 bardak su ilave ederek 30 dakika fırında pişirin.