



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KARALAHANA KAVURMASI (ORDU)

<http://kuzeydenlezzetler.com>

1 bağ karalahana  
2 adet soğan  
1 adet havuğ  
1-2 dal maydanoz  
1 diş sarımsak  
1/2 su bardağı pilavlık bulgur  
1 tatlı kaşığı biber salçası  
Tuz, karabiber, pulbiber, nane yada kekik  
Sıvıyağ

Lahanalarımızı tek tek yıkadıktan sonra ince ince doğruyoruz ve kaynamış suda haşlıyoruz. Karalahanalar tam pişmeden önce bulguru ve kúp kúp doğradığımız havucu da ilave ediyoruz. Bulgur ve havuğ piştiği zaman súzúyoruz. Bařka bir tencerede kúp kúp doğradığımız soğanları sıvıyağ ile kavuruyoruz. (sıvı yağını az ilave edip tereyağında da kavurabilirsiniz.) Biber salçasını ve ince ince doğradığımız maydanozlarımızı da ilave edip kavurma işlemine devam ediyoruz. Kavurma işleminin ardından haşladığımız bulguru, karalahanayı ve havucu ilave ediyoruz. Túm malzemeleri pişirdiğimiz için 5 dakika kadar ara ara karıştırarak harmanlıyoruz ve yemeğimiz hazır.

