



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIYMALI LAHANA RULOSU

Malzeme :

1 adet orta büyüklükte lahana,
300 gr. kıyma,
1 kaşık salça,
1 kaşık kuşüzümü,
1 kaşık fıstık,
2 baş soğan,
3 kaşık yağ,
kırmızı biber,
tuz.

Yapılışı:

- 1- Lahananın koçan kısmını bıçakla oyarak koni şeklinde çıkarınız.
- 2- Yıkayıp oyulan kısma tuz koyup yumuşayıncaya kadar az suyla haşlayınız.
- 3- Suyunu süzüp soğuduktan sonra yaprakları ayırınız.
- 4- Bir tencereye kıymayı, doğranmış soğanı, yağı, fıstığı koyup hafifçe kavurunuz.
- 5- Sulandırılmış 1 kaşık salçayı, yıkanmış üzümü de koyup 1-2 defa karıştırınız.
- 6- Yapraklara biraz iç koyup rulo şeklinde sarınız, tepsiye diziniz.
- 7- 1-2 bardak su koyup, kapak örtüp yaprakları iyice yumuşayıncaya kadar pişiriniz.
- 8- Piştikten sonra dilimlere kesilip servis tabağına konup servis yapınız.