



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KIYMALI LAHANALI KARNABAHAAR

200 gr kıyma  
Yarım kilo karnabahar  
Yarım kilo beyaz lahanaya  
1 büyük soğan  
1 çay bardağı domates sosu  
1 su bardağı pirinç  
1 yemek kaşığı tuz  
1 çay kaşığı karabiber  
Sıvı yağ  
Su

Tencereyi ocağa alıp sıvı yağ koyuyoruz Soğanı dilimleyip tencereye alıyoruz pembeleşince kıymayı ve domates sosunu ilave edip 3.4 dk soteliyoruz Daha sonra karnabahar ve beyaz lahanayı yemeklik doğrayıp yıkıyoruz ve tencereye ilave ediyoruz Yıkamış pirinci tuzunu karabiberinide koyduktan sonra 2.3 su bardağı kaynamış su ilav edip 10.15 dk pişiriyoruz.

