



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LAHANA BOHÇASI

Dilek Girgin

- 10 Adet Beyaz Lahana Yaprağı
- 1 Adet Haşlanmış Tavuk Göğsü
- 1 Su Bardağı Pirinç
- 2 Su Bardağı Su
- 1 Adet Kuru Soğan
- 1/2 Çay Bardağı Zeytinyağı
- 3 Çay Kaşığı Yenibahar
- 2 Çay Kaşığı Tuz
- 1 Çay Kaşığı Karabiber

Lahana yapraklarını kaynayan suda 5 dakika bekletip yumuşamalarını sağlayalım. Bir tencereye zeytinyağını koyalım ve küp doğranmış soğanı ekleyip kavuralım. Yıkayıp suyu süzölmüş pirinci ekleyip biraz daha kavuralım. Haşlanmış ve küçük parçalara ayrılmış tavukları ve 1 su bardağı suyu ekleyelim. Yenibaharı, tuzu ve karabiberi de katalım. Pirinç suyu çekince altını kapatalım (pirinçler bu esnada tam yumuşamayacak, diri kalacak.)

Bir lahana yaprağını mutfak tezgahına yerleştirelim. Ortasına iç malzememizden iki kaşık kadar koyup önce karşılıklı iki kenarını, ardından kalan iki kenarını bohça gibi kapatalım; ters çevirip bir tencereye yerleştirelim. Tüm yapraklara aynı işlemi uygulayalım. Tencereye 1 bardak su ekleyelim, lahana bohçaları suyu tamamen çekene kadar pişirelim.

Dilersek bohçaların suyu çekmesine yakın, her bir bohçanın üzerine bir dilim taze kaşar peyniri de koyabiliriz. Pişme tamamlanana kadar peynir eriyerek bohçanın üzerine yayılacaktır.