



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LAHANADAN BÖREK

Beyaz lahana Yarım adet
Sıcak su 1 L
Kıyma 250-300 gram
Soğan 1 adet
Domates 1 adet
Maydanoz 2-3 dal
Tuz 1 çay kaşığı
Pul biber 1 çay kaşığı
Karabiber 1 çay kaşığı
Kimyon 1 çay kaşığı
Toz sarımsak 1 çay kaşığı
Salça 1 yemek kaşığı
Pirinç 3 yemek kaşığı

İlk olarak lahanayı ortadan ikiye ayırıp bir tencereye alın.

Üzerine sıcak suyu ekleyip lahanaları güzelce haşlayın.

Haşlanan lahanaların yapraklarını tek tek ayırın ve soğumaya bırakın.

İç harcı hazırlamak için kıyma, rendelenmiş soğan, domates, maydanoz, tuz, pul biber, karabiber, kimyon, toz sarımsak, pirinç ve salçayı derin bir kaptaki karıştırın.

Soğuyan lahana yapraklarını tezgaha alıp sert kısımlarını ayırın.

Lahana yaprağını açılmış bir yufka gibi düzleştirin ve içine kıymalı harcı yerleştirip börek şeklinde sarın.

Sarılmış lahanaları bir fırın kabına yerleştirin.

Bir kasede hazırladığınız salçalı suyu lahanaların üzerine gezdirin. Lahana böreği için ıslattığınız yağlı kağıdı üstüne kapatın.

Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 35-40 dakika kadar pişirin.

