



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LAHANA ÇORBASI

2 çorba kaşığı ayçiçek yağı
1 lahana (yaklaşık 1,5 kg, 4'e bölünüp, ortadaki kalın bölümü çıkarıldıktan sonra, yaprak bölümleri ince doğranmış)
1 1/2 tatlı kaşığı kimyon tohumu
1 tatlı kaşığı hardal tohumu
1/2 tatlı kaşığı tuz
4 çorba kaşığı sirke
4 su bardağı tuzsuz tavuk ya da et suyu
4 diş sarımsak (ince kıyılmış)
500 g domates (kabukları soyulup, çekirdekleri çıkarıldıktan sonra, küçük parçalar halinde doğranarak, blendırda püre haline getirilmiş)
1 tatlı kaşığı kırmızıbiber
2 çorba kaşığı dereotu (ince kıyılmış)

Bir tencereye ayçiçek yağını koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak, yağı ısıtın. Isınca lahanalar, kimyon tohumları, hardal tohumları ve tuzu ekleyip, tencerenin kapağını kapatın ve karışımı ara sıra karıştırarak, 25 dakika pişirin.

Sirkeyi ekleyip, karıştırarak 1 dakika daha pişirin. Tavuk (ya da et) suyu ile 3 su bardağı soğuk su ekleyip, sarımsaklar, kırmızıbiber, domatesleri katarak, ateşi kısın ve çorbayı 45 dakika pişirin.

Tencereyi ateşten alıp, çorbayı büyük bir çorba kâsesine aktarın ve dereotunu serpiştirerek, bekletmeden servis yapın.