



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIYMALI LAHANA MUSKASI

100 gram dana kıyma
1 adet soğan
1 su bardağı pirinç (yıkamış)
1 yemek kaşığı domates salçası
1 çay kaşığı tuz
1/2 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı kuru nane
1/2 demet maydanoz
1 adet domates
1/2 kilogram beyaz lahana (haşlanmış)
1 su bardağı salçalı su

Sarmanın iç harcını hazırlamak için dana kıymayı geniş bir kaseye alın. Soğanı içine rendeleyin. Yıkayıp süzdüğünüz pirinçleri de kaseye alın. Salçayı, baharatları ve ince ince kıydığınız maydanozları ekleyip harcı güzelce yoğurun. Son olarak domatesi de harcın içerisine rendeleyin ve güzelce karıştırın. Beyaz lahayı haşlayıp yapraklarını ayırın. Her bir sarma için büyükçe bir üçgen şeklinde kesin ve temiz bir tezgah veya kesme tahtasının üzerine alın. Her bir sarma için 1 yemek kaşığı kıymalı pirinçli harç kullanın. Büyük üçgen şeklinde kestiğiniz lahananın geniş kısmına yerleştirin. Önce sağ ve sonra sol tarafından kapatın ardından bu şekilde devam ederek muska şeklini verin. Sardığınız sarmaları bir tencereye nizami bir biçimde yerleştirin. Salçalı su karışımını üzerinden dökün. Üzerlerini kapatacak boyutta bir tabağı ters çevirerek yerleştirin ki, pişerken sarmalar dağılmasın. Tencerenin kapağını kapatın. Önce 10 dakika kadar orta ateşte, ardından 15 dakika kadar kısık ateşte pişirin. Ocaktan aldıktan sonra bir süre demlenmesi için oda sıcaklığında bekletin ve ardından servis edin.