



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LAHANA OTURTMASI

Ankara Büyükşehir Belediyesi
Belmek Yemek Kitabı

1 adet orta boy lahana
500 gr. yağsız kıyma
5 adet kuru soęan
1 orba kaşığı salça
1/2 çay bardağı sıvı yağ
1 su bardaęı su
1 ay bardağı pirinç (ıslatılmış)
Tuz
Pul biber, kara biber, kişniş, yenibahar

Bol su ile yıkanan lahana, ince ince doğranır. Bir kaba sıvı yağ konularak üzerine yemeklik doğranmış kuru soğan ve kıyma ilave edilir. Kıyma, suyunu bırakıp çekinceye kadar kavrulur. Salça, tuz ve baharatlar eklenir. Su ilave edilerek birkaç dakika daha pişirilir ve ocaktan alınır.

Yuvarlak cam tepsi, yağlanarak bir kat lahana döşenir, üzerine kıymalı harçtan birkaç çorba kaşığı dökülerek yayılır. Onun zerine pirinç serpilir. Bu işleme, lahanalar bitinceye kadar devam edilir. En son kata, kalan kıymalı harcın tamamı dökülür. Cam tepsinin üzeri folyo ile kapatılarak önceden ısıtılmış 230 derece fırında 50-55 dakika pişirilir. Fırından çıkınca 15-20 dakika dinlendirilir. Dilimlenerek servis yapılır.

