



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LAHANA PÜRESİ

Malzemeler

- 1 lahana
- 2 soğan
- 1 demet maydanoz
- 2 çorba kaşığı un
- 1 su bardağı krema
- Hindistancevizi
- Tuz, karabiber

Lahananın sert kısımlarıyla yeşil yapraklarını ayıklayın ve dört parçaya ayırın. Yıkadıktan sonra, kaynar tuzlu suda haşlayın. Fokurdamaya başlayınca, beş dakika daha pişirin. Süzgeçten geçirerek lahana yapraklarını başka bir kaba koyun. Üzerine soğan ve maydanozu da ilave ederek üzerine su ekleyin ve yaprak iyice yumuşayınca kadar haşlayın. Yeniden suyunu süzün ve lahana yapraklarını sıkarak sularını akıtın. Bunları, püre makinesinden geçirdikten sonra süzülmesi için biraz bekleyin. Bir kapta, tereyağı ile unu hafifçe karıştırarak ağır ateşte çevirin. Kıvamına gelince kremayı da üzerine dökün ve ka-nştıra karıştırarak pişirin. Koyulaşınca, bunu püre makinesinden geçirdiğiniz lahana püresine katın ve iyice karıştırın. Tuzunu, karabiberini ve küçük parçalar halindeki hindistancevizini de ekleyerek, ağır ateşte hafifçe ısıtın ve servis yapınca kadar sıcak olarak muhafaza edin.