



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## LAHANA SARMASI (BEYŞEHİR KONYA)

Beyşehir Belediyesi

1 orta boy lahana 500 gr kıyma  
2 adet yumurta  
2 adet kuru soğan  
1 su bardağı bulgur  
1 yemek kaşığı salça  
1 tatlı kaşığı kekik  
1 tatlı kaşığı karabiber  
1 tatlı kaşığı kırmızıbiber  
1 çay bardağı zeytinyağı  
2 adet yeşil soğan Tuz  
Yarım bağ maydanoz  
Sosu İçin:  
1 yemek kaşığı biber  
1 yemek kaşığı domates salçası  
3 yemek kaşığı tereyağı  
2-3 diş sarımsak  
Kaynar su

Bütün malzemeler konularak iç harç hazırlanır. Lahana yapraklarından ayırıp sıcak suda haşlanır. Haşlanan lahanalar küçük dikdörtgen şeklinde kesilerek hazırlanan iç harçtan konulup rulo şeklinde sarılır. Orta boy fırın tepsinde dizilir. Bir tavada tereyağı eritip salçalar ilave edilerek kavrulur. Rendelenmiş sarımsağı da ekleyip sıcak su ilavesiyle bir sos hazırlanır. Lahanaların üzerine dökülüp fırında pişirilir. Sıcakken servis yapılır.

