



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LAHANA SARMASI (DENİZLİ)

Denizli İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 adet küçük boy lahana
1 su bardağı pirinç
1 çay bardağı zeytinyağı
1 adet soğan
Yarım bağ maydanoz
1 yemek kaşığı salça
250 gr. kıyma
Baharat

Lahana yaprakları ayrılıp haşlanır. Diğer taraftan yağda kıyma, ardından ince kıyılmış soğan kavrulur. İçine salça eklenerek biraz daha kavrulur. Üzerine pirinç, maydanoz ve baharatlar eklenir. ocaktan alınır. Hazırlanan iç haşlanmış lahana yaprak üçgen olacak şekilde sarılır ve bir tencereye döşenir. Üzerine biraz salçalı su dökülerek pişirilir. Sıcak olarak servis yapılır.

