



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LAHANA SARMASI

Anadolujet Magazin

1 büyük beyaz lahana
1.5 su bardağı pirinç
6 adet kuru soğan
1.5 su bardağı zeytinyağı
2 çorba kaşığı çam fıstığı
1 çorba kaşığı kuş üzümü
3 su bardağı sıcak su
1 tatlı kaşığı toz şeker
2 çay kaşığı yenibahar
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tarçın
Tuz

Lahana yapraklarını tuzlu suda hafif yumuşayınca kadar haşlayıp süzgece alın. Soğanları kıyın. Kuş üzümünü ılık suda bekletip süzün. Tavada sıvıyağ ile yarım bardak zeytinyağını kızdırıp soğanı sote edin. Fıstıkları ilave edin.

Pirinci ekleyip 10 dakika karıştırarak kavurun. İki bardak sıcak su, kuş üzümü ve toz şekeri ekleyip suyunu çekinceye kadar karıştırarak pişirin. Ateşten alıp yenibahar, tuz, tarçın ve karabiberi ilave edin. Harmanlayıp soğumaya bırakın.

Harcı lahana yapraklarına paylaştırıp sarın ve sarmaları tencereye dizin. 1 bardak sıcak su ekleyip pişirin. Ateşten alıp üzerine kalan zeytinyağını gezdirin ve soğumaya bırakın.

