



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEYAZ LAHANA SARMASI

1 büyük lahana
2 soğan
1,5 su bardağı pirinç
300 gr. kıyma
1 çorba kaşığı domates salçası
1 çorba kaşığı biber salçası
1 tutam maydanoz
1 tutam dereotu
1 tutam nane sıvıyağ
Tuz
Karabiber
Sosu için:
2 çorba kaşığı tereyağı
2 çorba kaşığı un
2 çorba kaşığı salça
Su

Pirinci yıkayıp süzuyoruz ve karıştırma kabına koyuyoruz. Soğanı yemeklik doğruyoruz. Maydanozu, dereotunu ve naneyi ince doğruyoruz. Doğradığımız sebzeleri de karıştırma kabına koyuyoruz. Kıymayı ve salçaları da koyuyoruz. Tuzunu ve karabiberini atıyoruz, yoğuruyoruz. Zeytinyağı döküp karıştırıyoruz. Lahana tencereye sığarsa bütün olarak haşlıyoruz, tuzunu atıyoruz. Sığmazsa da ortadaki kök kısmını keserek çıkarıyoruz, haşlıyoruz ve süzuyoruz. Lahana tezgaha seriyoruz ve iç harcından koyup sarıyoruz. İsteğe göre elimizde de sarabiliriz. Tencerenin zeminine kemikli etleri diziyoruz. Üzerine de lahana sarmasını diziyoruz. Biraz tuz atıyoruz. Tencerenin altını yakıp kemikleri kızartmaya başlıyoruz. Sosu için, tereyağını tencerede eritiyoruz. Unu ilave ediyoruz ve kavuruyoruz. Salçasını ekliyoruz karıştırıyoruz. Soğuk suyla kıvamını açıyoruz. Kaynayınca sarmaların üzerine gezdirerek döküyoruz. Biraz da sıcak su ekliyoruz. Üzerine servis tabağı kapatıyoruz. Kapağını kapatarak pişmeye bırakıyoruz.