



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

---

## LAHANA SARMASI

125 Gr Sana Klasik  
250 gr kıyma  
1 Adet lahana  
1 Tutam karabiber  
2 Çay Kaşığı tuz  
3 Bardak PİRİNÇ  
2 Çorba Kaşığı salça  
2 Çorba Kaşığı narekşi  
2 Adet soğan

Tüm malzemeler karıştırılarak harç elde edilir. Haşlanmış lahanaların içine sarılarak pişirilir.

---