



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LAHANALI ET

1 adet küçük boy lahana
500 gr. kuşbaşı et
1 su bardağı yarma
4 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı salça
1 tatlı kaşığı pul biber
Tuz
Karabiber

Lahanayı doğrayın ve tuzlu suda 5 dakika haşlayın. Et ve yarmayı ayrı ayrı yumuşayana kadar pişirin. Yarmanın içine lahanayı, tuz ve karabiberi katıp 10 dakika pişirin ve servis tabağına alın. Etleri 2 çorba kaşığı tereyağında pembeleştirin, lahananın üzerine koyun. Salçayı sıcak suyla açın. Kalan tereyağını kızdırıp üzerine salça, pul biber ve tuz ekleyin. Yemeğin üzerine gezdirin.