



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LAHANALI KİMYONLU ERİŞTE (İTALYA)

175 g yumurtalı erişte
2 soğan (dilimlenmiş)
6 çorba kaşığı elma sirkesi
22.5 g (1 1/2 çorba kaşığı) tuzsuz tereyağı
3/4 tatlı kaşığı kimyon tohumu (ya da 1/4 tatlı kaşığı kimyon)
1 1/4 tatlı kaşığı tuz
500 g lahanalar (yapraklarına ayıklanıp, yapraklar 2,5 cm eninde, şeritler halinde kesilmiş)
1 çorba kaşığı kırmızıbiber
1 tatlı kaşığı tozşeker
bir tutam karabiber (taze çekilmiş)

Bir tencereye 17,5 cl (2/3 su bardağı) su koyup, soğanlar, sirke, tereyağı, kimyon tohumları (ya da kimyon) ve tuzun 1/4 tatlı kaşığını ekleyerek, tencereyi harlı ateşe oturtun ve karışımı bir taşım kaynatın. Kaynamaya başladıktan sonra, sık sık karıştırarak 5 dakika pişirip, ateşi kısın ve lahanalar, kırmızıbiber ve tozşeker ekleyin. Karıştırıp, tencerenin kapağını kapatarak, karışımı 35 dakika pişirin (arada 3 kez, tencerenin kapağını açıp, karıştırın; ayrıca, dibindeki sıvının yüksekliği 1 cm'nin altına düşerse, su ekleyin).

Lahanalı karışımın pişme süresinin bitimine 6 - 7 dakika kala, başka bir tencereye 3 litre (13 su bardağı) su koyup, tencereyi harlı ateşe oturtarak, suyu bir taşım kaynatın. Kaynayınca kalan 1 tatlı kaşığı tuzu serptikten sonra, erişteyi koyup, 5 dakika haşlayın. Tencereyi ateşten alıp, erişteyi bir süzgeçte süzerek, ateşteki lahanalı karışımın üstüne boşaltın. Karabiberi serpip, ara sıra karıştırarak, bütün suyunu çekinceye kadar (5 - 7 dakika) pişirin. Tencereyi ateşten alıp, lahanalı - kimyonlu erişteyi bir servis tabağına aktararak, servis yapın,