



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LAHANALI PİLAV

1 adet küçük lahana
2 su bardağı pirinç
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çorba kaşığı toz şeker
1 adet kuru soğan
1 adet havuç
yarım demet dereotu
birer çorba kaşığı kuşüzümü, çamfıstığı
1 er tatlı kaşığı tarçın, yenibahar, tuz

Yağ, ince kıyılmış soğan, çamfıstığı, küp doğranmış havuç sırasıyla kavrulur, üzerine yıkanmış, ayıklanmış pirinç ve kuşüzümü eklenir, kavrulur, 3 su bardağı su eklenir suyunu çekince haşlanmış ince kıyılmış lahana ve baharatlar eklenir, kısa süre pişirilir. Ocaktan alınır, ince kıyılmış dereotu serpilir, demlenince servise sunulur.