



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LOBYO PİHALİ

2 demet karalahana
1 su bardağı barbunya
5 yemek kaşığı margarin
Yarım su bardağı mısır unu
1 su bardağı süt kaymağı
1 su bardağı ceviz
3 diş sarımsak
Yarım demet kişniş
3 dal fesleğen
1 tatlı kaşığı tuz

Karalahana yıkanır, doğranır, bir yemek kaşığı margarin ile haşlanır (rengi değişen ve yumuşayan kara lahananın ilk suyu dökülür. yeni su konularak iyice haşlanır)

Ayrı bir tencerede akşamdan ıslatılmış fasulyeler yumuşayınca kadar haşlanır. Haşlanan lahanaya, eklenir, mısır unu, iki kaşık yağ tuz, süt veya kaymak konulur, bir iki taşım kaynatılır ocaktan alınır.

Laperayla (tahtadan yapılan lahana ezme aleti) bu karışım dövülür yani ezilir.

Karalahananın harcı havanda hazırlanır: sarımsak, tuz,ceviz, kindzi, fesleğen ve biber havanda iyice dövülür. yemeğe katılır ocağa tekrar alınır. Biraz kaynatılır ve ocaktan alınır.

Mısır ekmeği ile servis yapılır.