



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LU (ÇAMLIHEMŞİN RİZE)

Nejdet Dokur

1 kg karalahana
½ su bardağı tereyağı (100 g)
½ su bardağı mısır unu (65 g)
1 çay kaşığı tuz (6 g)

Karalahana?lar ince kıyılır, haşlanır, unu eklenip bir süre daha pişirilir, iyice ezildikten sonra yağı ve tuzu eklenir, ocak kapatılmadan önce lahanalar bulamaç haline gelene kadar ezilir, sıcak servis edilir.

