



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## MANTARLI BRÜKSEL LAHANASI

1 paket brüksel lahanası  
400 gram mantar  
3 adet orta boy patates  
6-7 adet arpacık soğan  
5-6 diş sarımsak  
3 kaşık margarin  
1 çorba kaşığı salça

Mantarları iyice yıkadıktan sonra, pişerken kararmalarını önlemek amacıyla 2 adet limon suyunu derince bir kaba döktükten sonra mantarları koyup üzerini aşacak kadar su ilave ederek mantarların su yüzüne çıkmamaları için üzerine tabak koyarak 30dk bekletin.

Bürüksel lahanasının sap kısmını bıçakla keserek yıkayın.

Patatesleri küp küp doğrayın.

Mantarların suyunu süzüp sudan geçirin.

Bıçakla 2-3 parçaya kesin.

Mantarları tencereye koyup arada karıştırarak tencerenin kapağını kapatmadan (kapağını kapatırsanız taşabilir) bıraktığı suyu çekene kadar pişirin.

Yağı, soğanı ve sarımsakları ekleyip soğanlar pembeleşinceye kadar kavurun.

Salçayı ekleyip karıştırın.

Patatesleri ekleyip 2-3 dakika kavurun.

Lahanaları ilave edip kavurmaya devam edin.

Sebzelerin üzerini aşacak kadar kaynar su ekleyip tuzunu ekleyin ve kısık ateşte sebzeler yumuşayınca kadar pişirin.

