



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## MISIR UNLU LAHANA SARMASI (KIRKLARELİ)

Kırklareli Valiliği - Öğ. Gör. Ali Çakır

2 adet kuru soğan  
10 yemek kaşığı ayçiçeği yağı  
1 yemek kaşığı salça  
1 çay kaşığı nane  
1 çay kaşığı karabiber  
1 çay kaşığı pul biber  
1 adet orta boy lahana  
250 gr mısır unu

Lahana yaprakları haşlanır. Soğan kavularak üzerine mısır unu ilave edilir. Az miktarda su katılır. Baharatları ilave edilir. Lahana yapraklarına sarılarak tencereye konur. Tencereye suyu ve yağı ilave edilerek pişirmek üzere ocağın üstüne konur. Servis edilirken yanında salatalık turşusu ya da yağlı biber turşusu konur.

