



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PİRİNÇLİ BRÜKSEL LAHANASI

Yarım kg Brüksel lahanası

1 ay bardağı pirinç

200 gr kıyma

2 adet kuru soğan

1 orba kaşığı salça

2 su bardağı su

5 orba kaşığı sıvıyağ

1 tatlı kaşığı tuz

İnce kıyılmış soğan yağda pembeleştirilir. Üzerine kıyma katılır. Suyunu bırakıp çekene kadar kavrulur. Sonra salça eklenir. Birkaç dakika daha kavrulur. Brüksel lahanaları konur. Eğer büyükse kesilerek küçültülebilir. Yıkılmış pirinç ve tuz serpilir. En son suyu ilave edilir. Kapaklı olarak kısık ateşte 30-35 dakika pişirilir.