



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## PORTAKALLI KUZU PİRZOLA

1 portakal  
6 adet kalem pirzola  
10 yaprak beyaz lahana  
2 orba kaşığı çiğ krema  
2 orba kaşığı tereyağı  
Kekik  
Kırmızı pul biber

Portakalların kabuklarını rendeleyin ve suyunu sıkın. Pirzoları portakal suyunda 10 dakika bekletin. Bu arada lahanaları tuzla ovup ince bir şekilde kıyın. Portakal suyunun içinden çıkardığınız pirzoları tereyağında pişirin. Üzerine iđ kremayı ekleyip 5 dakika kaynatın. Baharatları ilave edip tavadan alın. Servis tabağına aldığınız lahanaların üzerine dizip portakal kabuğu rendesi serpin. İstenirse lahanalara bir miktar portakal suyu da gezdirilebilir.