



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SARMADAN LAHANA

Yarım adet küçük lahana
Yarım su bardağı pirinç
1 çorba kaşığı salça
1 baş soğan
Yarım demet maydanoz
Yarım demet dereotu
Yarım demet taze nane
1 çay kaşığı karabiber
2 çay kaşığı tuz
1 çay bardağı sıvıyağ
1 su bardağı su

Soğan, nane, maydanoz, dereotu ince ince kıyılır. Lahana da küçük doğranır. Bütün malzeme bir araya getirilir. Tuz ve karabiber ilave edilir. Elle biraz ovulur. Tencereye aktarılır. Üzerine yıkanmış pirinç, sıvıyağ ve suda ezilmiş salça eklenir. Kapak kapatılır. Orta ateşte yaklaşık yarım saat pişirilir.