



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TEREYAĞLI BRÜKSEL LAHANASI

1 kg. Brüksel lahanası  
2 çorba kaşığı tereyağı  
yarım çay kaşığı karbonat

Lahanaları temizledikten sonra yıkayın, içine yarım ay kaşığı karbonat bulunan suda 15 dakika haşlayıp süzün ve soğuk suyla soğutun. Sofraya geleceği zaman bir süzgeçle kaynar suya batırın, 2-3 dakika bekletin, suyunu süzdürüp, eritilmiş tereyağında bir kaç dakika çevirerek sofraya alın.

---