



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

## ZEYTİNYAĞLI BRÜKSEL LAHANASI

Malzeme:

- 15-20 adet brüksel lahanası
- 1 kahve fincanı Bizim Mutfak Pilavlık Pirinç
- 1 adet soğan
- 1 adet havuç
- 4 çorba kaşığı Altın Hasat Sızma Zeytinyağı
- 1 limonun suyu

Havucun kabuğunu kazıyıp istediğiniz şekilde doğrayın. Zeytinyağının yarısını tencerede ısıtıp kıyılmış soğanı kavurun. Havucu ve Brüksel lahanalarını ilave edin. 5 dakika daha kavurmaya devam edin. En son kalan zeytinyağını, 2 çay bardağı su, limon suyunu ve pirinci ekleyin. Bir taşım kaynayıncaya ateşi iyice kısın. Tencerenin kapağını açmadan 20 dakika boyunca pişirin. Ocaktan alın, yine tencerenin kapağını açmadan soğumaya bırakın. Soğuk servis yapın.