



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI LAHANA SARMASI (KAHRAMANMARAŞ)

Kahramanmaraş Valiliği
Hacı Ali Özturan

1 tâne orta boy lâhana
1 tatlı kasığı karabiber
1 tatlı kasığı sumak eksisi
Tuz
İçi için:
1 su bardağı pirinç
1 su bardağı zeytinyağı
1 yemek kasığı karışık salça
1 soğan
1 bağ maydanoz
1 çay kasığı karabiber
1 tatlı kasığı pul biber
1 tatlı kasığı nane
1 tatlı kasığı reyhan
1 tatlı kasığı kekik
2-3 diş sarımsak
1 tatlı kasığı sumakekşisi
Tuz

Bir tencereye 1 su bardağı zeytinyağı konarak kızdırılır. Üzerine büyükçe bir soğan doğranarak kavrulur. 1 yemek kasığı karışık salça konarak kavurma sürdürülür. Üzerine 1 su bardağı yıkanmış pirinç konur. Yarım su bardağı sıcak su konur ve suyu çekilinceye dek pisirilir. Üzerine yaprak biber, kara biber, reyhan, nâne, kekik konur. 2-3 diş sarımsak tuzda ezilerek konur. 1 bağ maydanoz doğranır. İyice karıştırılarak sogumaya bırakılır. Ara ara karıştırılarak 2-3 saat dinlendirilir.

Lâhanalar iyice yıkanır. Sap kısımları kesilir. Kalın damarları kesilerek alınır. Bir tencerede haslanır.

Yeterince haslanan lâhanalar çeşme suyunda ve ara ara suyu degistirilerek 2-3 saat dinlendirilir.

Lâhana yaprakları düzgün bir yüzeye açılır. Yüzeyine karabiber serpildikten sonra üzerine iç yerleştirilir ve sarılır.

Bir tencerenin tabanına ise yaramayan yapraklardan iki kat serilir. Üzerine sarmalar düzgünce konur.

Dagılmamaları için üzerlerine bir sarma taşı ya da porselen tabak konur. Üzerlerini kapatacak kadar su konur.

Tuz atılır ve pisirilir. Pismeye yakın su ile sıvılaştırılmış sumak eksisi konur.

Yemegin yanında salata, ayran, yesillikler ve kış tursuları bulundurulur.