

Lahana Sarması

Toplam 155 dk

Hazırlama 15 dk · Pişirme 63 dk

6 kişilik

Zor

~260 kcal

Açılış 16/10

Karadeniz kara lahanası bulgurlu içle sarımsaklı tencerede ekşi ve doyurucu bir yemek olur.

Malzemeler

- 2 demet Kara lahana
- 1.5 su bardağı Bulgur
- 2 adet Soğan
- 1 yemek kaşığı Domates salçası

Yapılışı

1. Lahana yaprakları 5 dakika haşlayıp süzün.
2. Bulgur, soğan ve salçayla iç hazırlayın.
3. Harcı topladurken üstte 1 parmak boşluk bırakıp pişerken şişip dağılmasını.
4. Sarmaları tencereye dizip 50 dakika pişirin.
5. Tenceresine sıcak suyu kenardan verin ve dolmaları bınatmadan kapağı kapatın.
6. Piştikten sonra 8 dakika dinlensin, iç harç yaprağa tutunsun.

PÜF NOKTASI

Pilav teneşten alınıca kapağı altına nemiz bir bez koyup 10 dakika dinlendirmek nemi alırtaneler kabarır.

SERVİS ÖNERİSİ

Sıcak servis edin, yanına yoğurt ve limon dilimleri sunun.

Alerjenler

Gluten