Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

TAHİNLİ LAHANA SARMASI



1 adet lahana (2 kg'lık)
2 badet orta boy soğan
2 su bardağı pirinç
3 çorba kaşığı tahin
10-15 dal maydanoz
10-15 dal dereotu
10-15 dal taze nane
1 dolu çorba kaşığı biber salçası
6 çorba kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı karabiber
2 tatlı kaşığı tuz
Üzeri için:
3 çorba kaşığı tahin
1 adet limon
3 diş sarımsak
6 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çay bardağı sıcak su

İnce yapraklı lahana parçalara ayrılır. Sıcak suda yumuşayana kadar haşlanır. Sonra soğuk suya atılır.
Soğan çok ince doğranır, tuzla gevşeyene kadar ovulur. Üzerine tahin, salça, zeytinyağı ve yıkanmış pirinç eklenir ve alt-üst edilir.
Daha sonra ince kıyılmış maydanoz, dereotu, taze nane ve karabiber eklenir, karıştırılır.
Haşlanan lahana yaprakları avuç kadar kesilir, kalın damarları alınır.
Kenarına yeteri kadar iç konur. Sağdan ve soldan katlandıktan sonra rulo yapılır. Tencereye dizilir.
Üzerine 3 su bardağı sıcak su konur. Orta ateşte 40 dakika kadar pişirilir.
Tahin, ezilmiş sarımsak, limon suyu, zeytinyağı,su ve tuz karıştırılır.
Lahana sarmaları ılık olrak servis tabağına konur. Üzerine tahinli sos gezdirilir.

Not: Tahinli lahana sarması, Adana'nın unutulmaya yüz tutmuş yöresel lezzetlerindendir.

© ml.md (Türkçe) Tarif no: 1655 | Adı: Tahinli Lahana Sarması | İndirme tarihi: 29.03.2024 - 10:48