

# Lahana Sarması

Toplam 105 dk Hazırlama 15 dk · Pişirme 55 dk 6 kişilik Zor ~260 kcal Açılış 16/10

Karadeniz kara lahanası bulgurlu içle sarı mercerede 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. Sarmaları tencereye dizip 50 dakika pişirin.

### PÜF NOKTASI

Pilav tava üstüne alınıncaya kadar altını temiz bir bez koyup 10 dakika dinlendirmek nemi alır taneler kabarır.

### SERVİS ÖNERİSİ

Sıcak servis edin, yanında yoğurt ve limon dilimleri sunun.

## Alerjenler

Gluten