

# Rus Lahanalı Karabuğday Tavası

Toplam 28 dk Hazırlama 10 dk · Pişirme 18 dk 4 kişilik Kolay ~310 kcal

Rus usulü lahanalı karabuğday tavası kavurulmuş karabuğday, beyaz lahana, havuç ve dereotuyla tok bir akşam yemeğine çevirir.

## Malzemeler

- 1.5 su bardağı Karabuğday
- 300 gr Beyaz lahana
- 1 adet Havuç
- 1 adet Soğan
- 0.3 demet Dereotu
- 3 yemek kaşığı Sıvı yağ
- 0.5 çay kaşığı Tuz

## Yapılışı

- Karabuğdayı kuru tavada 3 dakika kokusu çıkana kadar çevirin.
- Soğan ve havucu sıvı yağda 5 dakika yumuşatın.
- İnce kıyılmış lahana ve tuzu ekleyip 7 dakika söndürün.
- Karabuğday ve sıvı yağ suyu katıp 5 dakika pişirin.
- Dereotu serpip servis edin.

### PÜF NOKTASI

Karabuğdayı kuru tavada çevirmek cevizsi aromasını belirginleştirir.

### SERVIS ÖNERİSİ

Turşu ve dereotuyla sıcak servis edin.