



KIRAZ'IN
MUTFAĞI



Fırında Kıymalı Brüksel Lahanası



Süre: 1 Saat dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 25 dakika

>> **Piştirme Süresi:** 35 dakika

>> **Kaç Kişilik:** 6 kişilik

Malzemeler:

- 750 g Brüksel lahanası
- 400 g dana kıyma
- 1 kuru soğan
- 2 domates
- 1 yemek kaşığı domates salçası
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 su bardağı sıcak su
- 1 su bardağı kaşar peyniri
- Tuz
- Karabiber

Alerjen Uyarısı:

△ **İçerir:** Süt ve süt ürünleri.

Ön Hazırlık:

Fırını önceden ısıtın; sebzeleri eşit büyüklükte hazırlayın ve yıkanan malzemelerin fazla suyunu alın. Böylece tepside buhar birikmez, malzemeler haşlanmak yerine dengeli biçimde kızarır.

Servis Önerisi:

Yoğurt ve taze ekmekle sıcak servis edin.

Yapılışı:

1. Lahana ları hazırlayın:

- Dış yaprakları ayıklayıp lahanaları ikiye kesin ve dört dakika haşlayıp süzün.
- Sürenin sonuna doğru tadıp kıvamını kontrol edin. Süzdükten sonra sudan geçirmeyin; yüzeydeki nişasta sosun daha iyi tutunmasına yardım eder.



2. Kıymalı harcı pişirin:

- Kıymayı soğanla kavurup salça, domates ve baharatları ekleyin.
- Tavayı önceden ısıtın ve malzemeyi üst üste yığmayın. Ara vermeden karıştırmak yerine renk alması için kısa aralıklarla çevirin.

3. Fırın kabını kurun:

- Lahana kaba yayıp kıymalı harç ve sıcak suyu üzerine ekleyin.
- Pişme süresinin son bölümünde kontrollü ilerleyin. Üst yüzey erken renk alırsa kabı gevşekçe yağlı kağıtla örtün; gerekirse son birkaç dakikada üzerini açın.

4. Pişirin:

- 190°C fırında sos koyulaşana kadar pişirip son bölümde kaşar serpin.
- Sosu orta-kısık ateşte ve sürekli karıştırarak hazırlayın. Kaynatıp kesilmesine veya fazla koyulaşmasına izin vermeden diğer malzemeye birleştirin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Tarifte verilen süre yol göstericidir; kullanılan ocak, tava ve fırına göre birkaç dakika değişebilir. Renk, kıvam ve iç dokuyu birlikte kontrol ederek pişirmeyi tamamlayın.

>> **İpucu:** Ön haşlamayı kısa tutmak Brüksel lahanalarının biçimini ve rengini korur.

Kiraz'ın
Mutfağı