



KIRAZ'IN  
MUTFAĞI



## Mor Lahana Tarator



**Süre:** 25 Dakika dk

## **Tarif:**

>> **Hazırlık Süresi:** 15 dakika

>> **Piştirme Süresi:** 10 dakika

>> **Kaç Kişilik:** 6 kişilik

## **Malzemeler:**

- 1/2 orta boy mor lahana
- 2 su bardağı süzme yoğurt
- 2 diş sarımsak
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 yemek kaşığı limon suyu
- 1/2 su bardağı ceviz içi
- Tuz

## **Alerjen Uyarısı:**

⚠ **İçerir:** Süt ve süt ürünleri, sert kabuklu yemişler.

## **Ön Hazırlık:**

Salata malzemelerini yıkadıktan sonra tamamen kurutun. Sosu ayrı kapta hazırlayın ve yaprakların diriliğini korumak için servis zamanına yakın ekleyin.

## **Servis Önerisi:**

Ceviz ve zeytinyağıyla süsleyerek soğuk servis edin.

## **Yapılışı:**

### **1. Lahanaı kesin:**

- Mor lahanayı çok ince şeritler halinde doğrayın.
- 

### **2. Lahanaı yumuşatın:**

- Tuz ve limonla birkaç dakika ovup fazla suyunu sıkın.
- 

### **3. Yoğurtlu sosu hazırlayın:**

- Yoğurt, sarımsak ve zeytinyağını pürüzsüzleştirin.
- Hamuru pürüzsüzleşene kadar yoğurun; ele hafif yapışan yumuşak kıvamı koruyun ve üzerini örterek cereyansız yerde dinlendirin.

#### 4. Birleştirin:

- Lahana ve cevizi yoğurtlu sosla harmanlayıp soğutun.
- Hamuru pürüzsüzleşene kadar yoğurun; ele hafif yapışan yumuşak kıvamı koruyun ve üzerini örterek cereyansız yerde dinlendirin.

#### 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:** Lahana'yı kısa süre ovma hem rengini canlandırır hem de sertliğini azaltır.

Kiraz'ın  
Mutfacı