



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

KARNABAHAH KIZARTMASI



2 Adet küçük karnabahar
2 Adet yumurta
4 Çorba kaşığı un
2 Çorba kaşığı süt
2 Tatlı kaşığı tuz
2 Su bardağı kızartma yağı

- # Karnabahar küçük parçalara ayrılıp, kaynayan tuzlu suda yaklaşık 20 dakika haşlanır.
- # Yumurta, un, süt ve tuzdan oluşan bir karışım hazırlanır.
- # Haşlanıp suyu süzölen karnabahar taneleri bu karışıma bulanır ve kızgın yağı atılır. Pembe renk alınca havlu kağıda çıkarılır.
- # Sıcak ya da ılık olarak servis yapılır.

Not: Karnabahar kızartması ke  ap eşliğinde tüketeleceği gibi, et yemeklerinin yanında garnitür olarak kullanılabilir.