



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

KARNABAHAH MUSAKKA



1 adet orta boy karnabahar
300 gr orta yağlı kıyma
2 adet kuru soğan
2 diş sarımsak
1 çorba kaşığı salça
1 çay bardağı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı tuz
2 su bardağı su

- # Öncelikle karnabaharın, sap kısmı üste getirilir. Bıçak darbeleriyle parçalara ayrılır.
- # Bir tencereye yerleştirilir. Yarıya kadar su konur. Pişme sırasında koku yaymaması için üzerine 1 dilim bayat ekmek bırakılır.
- # Kapaklı olarak yumuşayana kadar pişirilir. Haşlama suyu dökülür, soğuk sudan geçirilir.
- # Diğer tarafta tavaya sıvıyağ ve ince kıyılmış soğan bırakılır, orta ateşte şeffaflaşana kadar kavrulur.
- # Kıyma eklenir. Tane tane olması için kaşıkla ezerek rengi değişene dek kavrulur.
- # Salça, kıyılmış sarımsak ve tuz eklenir. 5 dakika daha çevirdikten sonra su ilave edilir. Bir taşım kaynatılır.
- # Haşlanmış karnabaharların üzerine kıymalı harç yayılır, kapak kapatılır. Kaynama noktasına geldikten sonra 10 dakika pişirilir.
- # Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Karnabahar Musakka geleneksel Türk mutfağına has bir tariftir.