



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BROKOLİ VE KARNABA HARLI AĞZI AÇIK PATATES

- 4 adet patates
- 2 kaşık yağ
- 1 tutam tuz ve biber
- 1/2 su bardağı brokoli
- 2 su bardağı doğranmış karnabahar
- 1 yemek kaşığı frenk soğanı
- 1 su bardağı çedar peyniri

Patatesi bir çatal ile birkaç kez. delem. fırında 50 10 dakika pişirelim. Bu arada, orta tencerede, brokoli ve karnabaharları yumuşayana kadar haşlayalım. patateslerin kabuklarını soyalım ve ikiye bölelim içini oyalım ve yağı sürelim. haşlanan karnabaharları ve brokoliyi içine dolduralım. frenk soğanını küçük küçük doğayalım ve içine aktaralım. En son olarak çedar peynirini üzerine rendeleyelim ve fırına verelim.

