



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## KARNABAHAAR GRATEN

1 küçük boy karnabahar  
2 çorba kaşığı tereyağı  
3 çorba kaşığı un  
2 su bardağı süt  
30 gram kaşar peyniri  
Tuz  
Karabiber

Tencereye 2 su bardağı su koyun ve kaynatın. Karnabaharları bu suda yumuşayınca kadar pişirin. Karnabahar pişerken başka bir tencerede tereyağını eritin ve üzerine unu koyun, 3 dakika kavurun. Sütü de üzerine ekleyip koyulaşınca kadar kaynatın. Koyulaşan beşamel sosu ocaktan alıp pişmiş ve fırın tepsine konmuş karnabaharların üzerine gezdirin. Rendelenmiş kaşar peynirini de üzerine serpin, 200 derecedeki fırında üzeri kızarıncaya kadar pişirin. Sıcak servis yapın.