



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MAYIS OTLU SUFLE

3 kaşık margarin
200 Gram İnce Kıyılmış Kuru Soğan
1 Çay Kaşığı Sarımsak Püresi
1 Kg mayıs otu
200 Gram Rende Mozzarella
100 Gram Toz Parmesan
4 Adet Defne Yaprağı
1 Çay Kaşığı Pul Biber
200 Gram Lor Peyniri
2 Tatlı Kaşığı Margarin
2 Tatlı Kaşığı Un
1 Tatlı Kaşığı Mısır Nişastası
1 Su bardağı Süt
1 tutam tuz

Fırınınız Önceden 175 Derece ısıtın

Sos tavaşında, 3 kaşık yağ, soğan ve sarımsağı soteleyin mayıs otunu eklenerek sotelemeye devam edin.

Ayrı bir sos tenceresinde beşamel sos hazırlayın.

Sos tavaşında, 2 kaşık yağda unu ve nişastayı kavurun. Tuz ekleyin ve sütü yavaş yavaş ilave ederek muhallebi kıvamına getirin. Kıvamı kontrol ederek süt ilave edin. Bir tutam taze kişniş veya karabiber lezzet katacaktır.

Sufle veya fondu kabına, mayıs otlu karışım, beşamel sos ve diğer malzemeleri ilave edin. 8-9 dakika fırında kızartın.

Üzerine bir tutam parmesan peyniri ile servis edin.