



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ÇITIR SEBZE PANE

50 gr brokoli
50 gr karnabahar
1/2 paket Knorr Çıtır Pane Harcı
1 adet yumurta
Bir miktar sıvı yağ (Kızartmak için)

Hazırlanışı

Brokoli ve karnabaharları çiçek şeklinde kesin, az haşlayıp un, yumurta ve Knorr Çıtır Pane Harcı ile paneleyip kızartın.