



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA KIZARMIŞ BÜTÜN KARNABAHAH

Anadolujet Magazin

1 adet karnabahar
Fırın sosu için
3 çorba kaşığı yoğurt
Sıvı yağ
Su
Galeta unu
Kırmızıbiber
Karabiber
Tuz
2 diş dövülmüş sarımsak
Maydanoz
Dereotu
Limon suyu
Zeytinyağı

Bütün karnabahar suda yaklaşık beş dakika haşlanır. Sıcak sudan çıkarılan karnabahar soğuk suya batırılır. Sonra süzülmesi için bırakılır. Galeta unu hariç fırın sosu malzemeleri ayrı bir kaptaki iyice harmanlanır. Hazırlanan sos karnabahara iyice yedirilir ve üstü galeta unuyla kaplanır. Galeta unu karnabahara daha çıtır bir görünüm kazandırır. Karnabahar, önceden ısıtılmış fırında yaklaşık 20 dakika pişirilir. Yeterince soğuyunca dilimlenerek sunulur.

Not: Arzu edilirse ince kıyılmış maydanoz, dereotu, zeytinyağı, sarımsak ve limon suyuyla hazırlanmış karışımdan hazırlanan sostan servis tabağına ilave edilir.

