



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA SOSLU KARNABAHAHAR

<https://www.aksam.com.tr>

1 tane orta boy karnabahar
2 adet yumurta
3-4 çorba kaşığı sıvı yağ ya da zeytinyağı (isteğe göre)
1 çorba kaşığı yoğurt
1 çorba kaşığı un
2 çorba kaşığı galeta unu
Yarım çay kaşığı karabiber, kimyon ve kırmızı toz biber
Çay kaşığının ucuyla zerdeçal (Şart değil sadece renk vermesi için)
Tuz

İlk olarak karnabaharları çok küçük olmayacak şekilde parçalayıp, yıkayın. Tencereye alıp, üzerini geçecek kadar su ilave edin. İsteğe göre tuz ekleyip, 5-6 dakika kadar haşlayın. Haşlanan karnabaharları süzüp, iyice soğumasını bekleyin. Karnabaharlar soğuyunca sosu için tüm malzemeleri bir kaba alıp, karıştırın. Karnabaharlarımızı tek tek sosa batırın. Fazla sosunu akıtın. Sosa batırdığınız karnabaharları yağlı kağıt serilmiş fırın tepsisine aralıklı bir şekilde dizin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında ortalama 20 dakika pişirin. İstedığınız gibi servis edip, sıcak bir şekilde tüketebilirsiniz.

