



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINLANMIŞ BROKOLİ KROKET

700 gr brokoli
9 dilim dana pastırma
bir tutam Toz tarçın
1 çorba kaşığı doğranmış Maydanoz
1 diş Sarımsak
1 kase Rendelenmiş parmesan peyniri
Yarım çorba kaşığı yağ
Tuz
Tane karabiber

Ayıkladığınız brokoliyi kaynayan tuzlu suda al dente haşlayın. Haşlanmış brokoliyi süzdükten sonra blenderde çekin. Kaba aktardığınız brokoli püresini bir tutam öğütülmüş karabiber ve bir tutam toz tarçınla tatlandırın. Yapışmaz yüzeyli tavada 1 diş sarımsağı yarım çorba kaşığı yağda soteleyin. Sarımsağın rengi değiştiğinde 1 çorba kaşığı doğranmış maydanoz ilave edin. Ocaktan aldıktan sonra hazırladığınız brokoli püresiyle karıştırın. Brokoli kroket için hazırladığınız brokolili karışımdan 18 adet köfte oluşturup istediğiniz formda şekillendirin. 9 adet dana pastırma diliminin her birini 2 parçaya kesin ve 18 adet kroketi paylaşırıp sarın. Rendelenmiş parmesan peyniri serpilmiş fırın tepsisine dizin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 8 dakika pişirin. Fırından çıkarttıktan sonra servis tabağına dizip sıcak olarak servis yapın.

