



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINLANMIŞ PASTIRMALI VE BROKOLİLİ KANEPE

2,5 yemek kaşığı tereyağı
700 gr brokoli
9 dilim pastırma
1 tatlı kaşığı tarçın
Bir tutam maydanoz
4 diş sarımsak
50 gr parmesan peyniri
1 çay kaşığı karabiber
Su
Tuz

Ayıkladığınız brokoliyi kaynayan tuzlu suda haşlayın. Haşlanmış brokoliyi süzdükten sonra blenderde çekin. Kaba aktardığınız brokoli püresini bir tutam öğütülmüş karabiber ve bir tatlı kaşığı toz tarçınla tatlandırın. Yapışmaz yüzeyli tavada doğranmış 4 diş sarımsağı 2 yemek kaşığı tereyağında soteleyin. Sarımsağın rengi değiştiğinde bir tutam doğranmış maydanoz ilave edin. Ocaktan aldıktan sonra hazırladığınız brokoli püresiyle karıştırın.

Hazırladığınız brokolili karışımdan 18 adet köfte oluşturup istediğiniz formda şekillendirin. 9 adet pastırma diliminin her birini 2 parçaya kesin ve 18 adet kanepeye paylaştırıp sarın. Rendelenmiş parmesan peyniri serpilmiş fırın tepsisine dizin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında pişirin. Kanepeleri fırından çıkarttıktan sonra servis tabağına dizip sıcak olarak servis yapın.

