



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HARDAL SOSLU KARNABAHAAR

www.miele.com.tr

1 ad. Karnabahar
250 ml Et suyu
100 ml Krema
30 gr. Tereyağı
20 gr. Un
3 yemek kaşığı tane veya tatlı Hardal
Tuz
Karabiber
Şeker

Karnabaharı çiçeklerini ayırın, 3 yemek kaşığı suyu bir kaba koyun ve üstü kapalı olarak 850 Watt gücünde yaklaşık 6 dak. ve sonra 450 Watt gücünde yaklaşık 10 dakika daha pişirin. Suyunu dökün. Un ve tereyağını pürüzsüz bir hamur yapıncaya kadar yoğurun. Et suyu, krema, hardal ve baharatı bir kaba koyun ve üstü kapalı olarak 850 Watt gücünde yaklaşık 5 dakika pişirin. Sosu iyice karıştırın. Sosu ayrıca karnabahara ilave edin veya küçük çiçeklerinin üzerine dökün.
