



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARIŞIK HAŞLAMA SEBZE

200 gram karnabahar
1 soğan
2 havuç
2 patates
1 tatlı kaşığı toz şeker
1 çay kaşığı tuz
1 çay bardağı zeytinyağı
Dereotu

Karnabaharları çiçek gibi koparın, limonlu suda yıkayıp bir kevgire ya da buharlı pişirme aparatınız varsa ona dizin. Üzerine irice doğranmış soğanı, patatesi, havucu gelişigüzel yerleştirin. Şekerini, tuzunu serpip buharda pişirin. Renklerinin bozulmaması için pişince üzerine soğuk su serpin. Servis tabağına alıp üzerine az zeytinyağı ve limon suyu gezdirerek sofraya getirin. Haşlanmış mısır ve dereotuyla süsleyip ikram edebilirsiniz.