



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## KARNABAHAAR GRATEN

1 adet orta boy Karnabahar  
3 yemek kaşığı tereyağı  
3 yemek kaşığı un  
1 adet havuç  
1/2 demet maydanoz  
1,5 su bardağı süt  
2 yumurta  
4-5 Yemek kaşığı rende kaşar peyniri  
1 çay kaşığı karabiber  
Tuz

Karnabaharı haşlayıp süzün, çiçek çiçek ayırın. Tencerede tereyağını kızdırıp, unu pembe renkte kavurun. Sütü yavaş yavaş ilave edip, muhallebi kıvamına gelinceye kadar pişirin. Ilıyınca içine yumurtaları kırın. Tuz ve Karabiber ekleyip karıştırın. Havucu rendeleyin. Maydanozu ince kıyın. Kaşar peyniri rendesi ile sosu ilave edin. Karnabaharları fırın kalıbına yerleştirip, üzerine sosu yayın. 180 derece ısıtılmış fırında üzeri kızarıncıya kadar pişirin. Sıcak olarak servis yapın.

Not: İsterseniz, karnabahar yerine Brokoli kullanabilirsiniz. Veya Karnabahar ve Brokoli'yi birlikte kullanabilirsiniz.

