



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KARNABAHAAR GRATEN

1 yemek kaşığı un  
1 çay kaşığının ucuyla tuz  
1 yemek kaşığı dolusu tereyağı  
1,5 su bardağı süt  
Rendelenmiş 1 su bardağı kaşar peyniri  
500 gram karnabahar

Karnabaharı çiçeklerini parçalamadan dikkatlice küçük küçük birbirinden ayırın.

Sonrasında büyük bir kase sirkeli suda 10 dakika kadar bekletin ve yıkayın.

İyice temizlenmiş karnabaharları haşlayın.

Çok yumuşamış olmamak kaydıyla haşlanmış karnabaharları tencerenin içinden kevgirler çıkarın.

Diğer yandan bir sos tenceresinde tereyağını eritin.

Unu serpin. Un kokusu çıkana kadar kavurun.

Sütü yavaş yavaş ekleyin ve çırpma teliyle sürekli olarak çırpın. Krema kıvamına geldiğinde ocağın altını kapatın.

Tuzu ve karabiberi ekleyin.

Karnabaharların üzerine hafifçe tuz serpip elinizle harmanlayın.

Orta boy fırın tepsisini yağlayıp, haşlanan karnabaharları güzelce dizin.

Üstüne krema kıvamına gelen beşamel sosu dökün.

Rendelenmiş kaşar peynirini serpin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında pişirin. Üzeri nar gibi kızarana kadar fırında tutun. Sıcak sıcak servis yapın.

Not: Karnabahar gratenin yanına en çok yakışacak tarifler tavuklu olanlardır. Soya soslu çitir tavuk veya sevdiğiniz herhangi bir tavuk tarifi ile birlikte tam anlamıyla lezzet şölenidir. Ancak köri sos gibi beşamel sosa yakın tatlı tamamlayıcı tavuk tariflerini tercih etmemenizi öneririz.

