



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEŞAMEL SOSLU KARNABAHAH GRATEN

Beşamel sos için:

2 yemek kaşığı un

2 yemek kaşığı tereyağı

2 su bardağı soğuk süt

1,5 çay kaşığı tuz

İsteğe bağlı ¼ muskat rendesi

Üzeri için:

1 su bardağı rendelenmiş kaşar peynir

Karnabaharın kök kısmını keselim ve çiçekleri ayıralım. Ardından bol suda iyice yıkayalım. Yıkama işleminden sonra karnabaharları süzelim.

Karnabaharı haşlama aşamasına geçebiliriz. Burada haşlama suyunu derin bir tencereye alalım. Dilerseniz içerisine çok az miktarda un katarak karnabaharların beyaz kalmasını sağlayabilirsiniz. 10 dakika haşlama işlemi yapalım. Haşlanan karnabaharları soğuk suda bekletelim ve ardından iyice süzelim.

Fırında karnabahar için beşamel sosu yapalım. 2 yemek kaşığı tereyağını sos tenceresine alıp eritemiz.

Ardından 2 yemek kaşığı unu ekleyerek 2-3 dakika kokusu çıkana kadar kavuralım. Kavurma işleminde dikkatli olalım, unu yakmayalım.

2 su bardağı soğuk sütü kontrollü ve yavaş bir şekilde sos tenceresine dökelim. Sütü eklerken aynı zamanda çırpma işlemi yapalım. Eğer iyi çırpılmaz ise topaklanma olur.

Tuz ve isteğe bağlı rendelenmiş muskat cevizi de sos tenceremize ekleyelim. Muskat yerine karabiber ekleyebilirsiniz.

Beşamel sos kıvam aldığı anda ocağın altını kapatabiliriz.

Haşlayıp soğuk suda bekletilen karnabaharları güzelce süzelim. Ardından karnabaharları borcama veya fırın kabına alalım.

Hazırlanan beşamel sosu karnabaharların üzerine dökelim.

Rendelenmiş 1 su bardağı kaşar peynirini beşamel sosun üzerine ilave edelim.

180 derecede önceden ısıtılmış fırında 25 dakika kadar pişirelim.

Kaşar peynir kızardığında fırını kapatalım.

Fırından çıkardığımız karnabahar grateni servis tabağına alarak sunuma hazırlayalım.

