



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARNABAHAH KIZARTMASI

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

1 adet orta boy karnabahar

Su

Tuz

Sosu için:

2 adet yumurta

1 su bardağı un

1 su bardağı süt

1 çay kaşığı tuz

Kızartma için:

Sıvı yağ

Üzeri için:

Sarımsaklı ya da sade yoğurt

Sert olan kısımları kesilmiş ve çiçekleri ayıklanmış olan karnabaharları bir tencereye koyarak üzerini geçecek şekilde su ve tuz ekleyip haşlayın. Çok fazla yumuşamasına ve dağılmasına izin verilmeden suyu süzülmalıdır. Başka bir kaptaki yumurta, süt çırpalım. Üzerine un ve tuzu ekleyerek tekrar çırpalım.

Haşlanmış olan karnabaharları hazırladığımız karışıma teker teker bulayarak kızgın yağda her tarafını çevirerek kızartalım. Karnabaharlarınızı orta ateşte kızartmanız yeterli olacaktır.

Dilerseniz peçete yardımı ile fazla yağın aldıkdan sonra servis tabağına alınız.

Üzerinde sarımsaklı yoğurt ya da sadece yoğurt ile servis edebilirsiniz.

