



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KARNABAHAAR KIZARTMASI

1 küçük karnabahar  
Haşlamak için;  
1 su bardağı süt  
2 su bardağı kaynar su  
Bulamak için:  
1 yumurta  
2 çay bardağı un  
1 çay kaşığı tuz  
1 su bardağı süt  
Kızartmak için:  
Sıvı yağ

Karnabaharlarımızı iyice yıkayıp kök kısımlarını ve siyah kısımlarını bıçakla alalım. Bir güzel temizleyelim verilen ölçülerde ki su ve süt karışımında bir güzel haşlayalım 10 dk kadar haşladıktan sonra soğuk sudan geçirelim ve süzgeçte iyice soğumasın bekleyelim ,bu arada bizde bulayacağımız karışımı hazırlayalım, bunun için derin bir kaba un, süt, yumurta ve tuzumuzu da ekleyip iyice çırpalım ,çok akışkan bir kıvam olmamasına dikkat edelim, soğuyan Karnabaharlarımızı bu karışıma bulayıp kızgın yağda kızartalım.