



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KARNABAHAAR KIZARTMASI

### Malzeme:

1 küçük karnabahar  
3 kaşık un  
2 yumurta  
1 çay tabağı kaşar veya beyaz peynir rendesi  
Tuz  
Sıvıyağ

### Yapılışı:

Karnabaharı kaynar suda 20-25 dakika kadar haşlayın. Bir kapta, un, yumurta, kaşar peynir (beyaz peynir) rendesi ve tuzu kek kıvamı olacak kadar su ilâvesi ile iyice karıştırın. Karnabaharları çiçeklerinden parçalara ayırın. Bu parçaları unlu karışıma batırarak kızgın yağda iki tarafı kızaracak şekilde kızartın.

Not: Sarımsaklı yoğurtla servis yaparsanız çok daha lezzetli olur.

---