



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARNABAHAAR KÖFTESİ

1 adet orta boy karnabahar
1 su bardağı kaşar peyniri
1 su bardağı un
4 adet yumurta
Bir tutam rendelenmiş muskat
Tuz
Karabiber

Karnabaharı çiçeklerine ayırın. Tuzlu suda 25 dakika haşlayıp süzün ve ezin. İçine rendelenmiş kaşar peyniri, un, yumurta, muskat, tuz ve karabiber ilave edip iyice karıştırın. Hazırladığınız harçtan bir çorba kaşığı yardımı ile parçalar alıp kızgın sıvı yağda önlü arkalı kızartın.