



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KARNABAHAH MUSAKKASI

2000 gram karnabahar  
120 gram sadeyağı, ya da margarin (6 çorba kaşığı)  
250 gram soğan (3 büyük)  
200 gram kıyma  
4 bardak su, ya da et suyu

Tuz

**HAŞLAMAK İÇİN:**

16 bardak su

1 limonun suyu

1 Bir tencereye; 6 silme çorba kaşığı sadeyağ, ya da margarin ile, kk doğranmış 3 büyükçe soğan koyarak, soğanları 5 dakika kavurmalı, sonra soğanlara 200 gram da kıyma koyarak, kıyma suyunu salıp da tekrar çekinceye kadar arada bir karıştırmak suretiyle kavurmakta devam etmeli, sonra bunlara; 4 bardak su, ya da et suyu ile iki tatlı kaşığı da tuz katarak, tencerenin kapağını kapatmalı ve kk ateşte kıymayı pişmeye bırakmalıdır.

2 Diğer taraftan orta boy bir tencereye; 16 bardak su, 3 silme çorba kaşığı tuz ile bir tane limonun suyunu katarak kaynamaya bırakmalı, kaynayıca buna, koan ve yaprakları çıkarılmış 2000 gram karnabahar katarak karnabaharları limonlu su içinde ancak 5 - 6 dakika haşlamalı ve suyunu döktükten sonra, karnabaharın çiçeklerini kke dalları ile ezmeden parçalara ayırmalıdır.

3 Sonra, parçalara ayırmış olduğumuz bu karnabaharları, hafif pişmekte olan soğanlı kıymalara koyarak, karnabahar, iyice pişmiş bir hal alıncaya kadar ortadan daha az kuvvetteki ateşte 40 - 50 dakika arasında pişirmeli ve servis yapmalıdır.