



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## KARNABA HARLI TEP Sİ BÖRE Ğİ

300 gr karnabahar  
1 adet yufka  
120 gr kaş ar peyniri  
1 adet yumurta  
1 yemek kaş ığı zeytinyağı

### Hazırlanışı

Karnabaharları haşlayıp püre haline getirin. Rendelenmiş kaş ar peyniri ile iç hazırlayarak yufkaya sarın. Yumurta ile kapatın ve kızartın.