



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARNABA HARLI VE BROKOLİLİ MAKARNA

1/2 karnabahar
5-6 çiçek brokoli
1 paket makarna
8 çorba kaşığı zeytinyağı
4 diş dövülmüş sarımsak
10 adet kiraz domates
3 çorba kaşığı kapari
3 çorba kaşığı maydanoz
10-15 adet zeytin
Tuz
Karabiber

Tuzlu suda karnabaharı 15, brokoliyi beş dakika haşlayın. Soğuk sudan geçirip kenara alın. Makarnayı haşlayın. İki çorba kaşığı zeytinyağına sarımsağı ekleyin. Bir-iki dakika ısıtıp domatesleri ilave edin. Üç-beş dakika daha pişirin. Üzerine karnabahar, brokoli, makarna, kalan zeytinyağı, kapari, kıyılmış maydanoz, tuz ve karabiber ilave edin. Beş dakika sote edip servis tabağına alın. Zeytinle süsleyin.