



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KIYMALI KARNABAHAH

1 adet karnabahar  
1 adet soğan  
2 çorba kaşığı tereyağı  
1 çorba kaşığı salça  
150 gram kıyma  
Tuz  
Karabiber

Tencerede tereyağını eritip üzerine rendelenmiş soğanı koyun. Kıymayı ve salçayı koyup 5 dakika kavurun. Karnabaharları çiçeklere ayırıp yıkayın ve kıyma ile karıştırın. 1 su bardağı su ilave edip kapağını kapatın, 20 dakika pişmeye bırakın. Pişince sıcak olarak servis yapın. Karnabahar koku yapmasın diye pişirirken içine 1 parça ekmek kabuğu atın.