



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARNABAHAAR GRATEN

1 kg karnabahar
25 gr rende peynir
6 bardak su
3 çorba kaşığı tuz Salçası:
50 gr tereyağı
1 kahve fincanı un
1.5 bardak süt

1- Büyük bir tencerede karnabaharları tuz ve su ile 15 dakika kadar haşlanır. Süzgece dökülür. Küçük parçalara bölünür.

2- Bir kuşanede, tereyağı ve un koyarak kavurup, sonra buna süt katın, tuz koyup pişirilir.

3- Rende peyniri ilave edip ateşten alın. Sonra tepsiye dizilmiş karnabaharların üstüne bu salçayı dökülür. 15 dakika fırınlatıp kızartılır.

[ML® Karnabahar Köftesi için tıklayın](#)