



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUŞKONMAZLI BAVARUA

Michael Montignac

1 KG KUŞKONMAZ
1,5 SU BÂRDAĞI SÜT (LIGHT)
6 JELATİN YAPRAĞI
2 YUMURTANIN AKI
1 ÇORBA KAŞIĞI KREMA
TUZ
KARABİBER

Kuşkonmazları yıkayın ve sap kısımlarını soyun. Sonra birkaç yeşil baş kısmı süsleme için ayırdıktan sonra (bu kısımları sonra tuzlu suda haşlayacaksınız) küçük parçalara bölün. Bu kuşkonmaz parçalarını 20 dakika süt içinde pişirin. Pişince süt ile birlikte mikserden geçirin.

Karışıma, daha önce suya yatırılmış ve sıkılıp suyu süzölmüş jelatin yapraklarını ve kremayı katın. Tuzunu biberini ayarlayın ve birkaç dakika soğumaya bırakın. Karışım ılınınca, içine el mikseri ile sıkı bir köpük şeklinde çırpılmış 2 yumurta beyazını azar azar katın. 4 tane küçük payreks kâsenin iç kenarlarını ıslatın. Sonra kâselere bu karışımı bölüştürün. Kâseleri 2 saat buzdolabında bekletin. Servis sırasında kâseleri yemek tabaklarına alt üst edin ve kuşkonmazlarla süsleyin.

Not: Tabaklara alt üst edilmiş ve etrafları kuşkonmazlarla süslenmiş bavarua'ların üzerlerine birer kahve kaşığı sirkeli-zeytinyağlı bir sos gezdirebilirsiniz.