



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PERMASANLI KARNABAHAH

1 adet büyük boy karnabahar
100 g parmesan peyniri
3 dilim kuru ekmek
6 yemek kaşığı sızma zeytinyağı
2 diş sarımsak
Yarım çay kaşığı tuz
Süslemek için maydanoz
Süslemek için limon kabuğu rendesi

Karnabaharın yapraklarını koparıp, gövde kısmını kesin. Çiçek kısımlarının çok parçalanmamasına özen göstererek, bir bıçak ile küçük parçalara ayırın. Doğranmış karnabaharları güzelce yıkayın ve bir süzgeçte kurumaya bırakın.

Parmesanı bir rende ile rendeleyerek iyice ufaltın. Kuru ekmekleri elinizle kabaca parçalayarak Açelik In Love doğrayıcının içine atın ve iyice ufalanana kadar çekin. Peynir ve un haline gelmiş ekmeği bir kasede karıştırın. Arçelik Gurme Ankastre fırını 180 derecede çalıştırın.

Derin bir kaba karnabaharı koyun, üzerine 3 yemek kaşığı zeytinyağı dökün ve iyice karıştırın. Daha sonra parmesanlı ekmek kırıntılarını da ekleyin ve tüm karnabahar parçaları bu karışımla kaplanacak şekilde karıştırın. Yağlı kağıt serilmiş fırın tepsisine karnabaharları yanyana gelecek şekilde dizin. Üst üste gelirse altta kalan kısımlar kızarmaz. Fırının orta rafında 45-50 dakika kadar pişirin.

Pişen karnabaharların üzerinde kalan zeytinyağını gezdirin, sıcak servis edin. İnce kıyılmış maydanoz ve limon kabuğu rendesiyle süsleyerek de servis edebilirsiniz.

