



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PEYNİRLİ BROKOLİLİ ZİTİ MAKARNASI

3 yemek kaşığı margarin
3 yemek kaşığı ağartılmamış çok amaçlı un
2 su bardağı süt
2 diş sarımsak
Taze öğütülmüş karabiber
Tuz
1/2 kilo brokoli rabe
350 gram ziti
3 bardak taze rendelenmiş Parmigiano-Reggiano ya Grana Padano peynir

Fırını 400 dereceye ayarlayın. 4 küçük veya bir büyük seramik pişirme kasesini yağlayın. Büyük bir tencerede içine tuz atılmış suyu kaynatmaya başlayın. Aynı esnada geniş bir tavada margarini eritip içine unu ekleyin. Karıştırarak 3 dakika kadar pişirin. Kahverengileşmemesine dikkat edin. Daha sonra içine ısıtılmış sütü parça parça ekleyin. Her ekleden sonra dikkatlice karıştırın. Sütü ekledikten sonra 3/4 çay kaşığı tuz ve 1 diş sarımsak atın. Karıştırmaya devam edin. Kaynamaya başladıktan sonra altını kısın. Karıştırmayı hiç bırakmayın. Beşamel sos yoğunlaşana kadar ortalama 4 dakika pişirin. Ateş aldıktan sonra içinde sarımsağı alın ve üstünü yağlı kağıt ile kapatın. Brokolileri kaynayan suda 5 dakika kadar pişirin. Daha sonra suyun içinden kaşık yardımıyla alıp süzün (pişirme suyunu saklayın). Islaklığını aldıktan sonra bıçak ile kabaca doğrayın. Geniş bir tavada margarinin içine brokolileri ve bir diş sarımsağı ekleyin. Karıştırarak 10 dakika pişirin. Brokolileri alıp sarımsağı atın.

Makarnaları kaynayan suda al dente olana kadar pişirip daha sonra süzün. Seramik kaselerin içine iki kere makarna, beşamel sos, brokoli ve peynir şeklinde kat yapın. İkindiden sonra bir kat olarak tekrar beşamel ve peynir ekleyin. Fırında 12 dakika ya da baloncuklar oluşuncaya kadar pişirin. Daha sonra ızgaranın altında 2 dakika kadar kızarmalarını sağlayın. Anında servis yapın.

