



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SODALI KARNABAHAH KIZARMASI

1 adet karnabahar  
1 limon  
200 gram kaşar peyniri  
1 yumurta  
1 su bardağı süt  
1 bardak soda  
1 çay bardağı un

Karnabaharları 5 dakika kadar haşlayıp yumuşatın. Diğer taraftan kızartmak için bir bulamaç hazırlayın. Yumurta, süt, rendelenmiş kaşar peyniri, soda ve unu ekleyip karıştırın. Haşlanmış karnabaharları da doğrayıp bu sosa bulayın ve fırın tepsisine dizin. Üzerine rende peynir de serpip 200 derecede 35 dakika pişirip servis yapın.