



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YER FISTIKLI KARNABAHAH

1 adet karnabahar
2 adet patates
1 adet havuç
2 çorba kaşığı tereyağı
1.5 su bardağı su
100 gr. fıstık ezmesi
1 çay bardağı bezelye
1 çorba kaşığı köri
2 çorba kaşığı limon suyu
1/2 demet maydanoz
50 gr. yer fıstığı
Tuz
Karabiber

Patates ve havucu küp küp doğrayın. Karnabaharı ayırın. Havuç ve patatesi tereyağında kavurun. Üzerine karnabaharı ekleyin. Beş dakika daha kavurduktan sonra sıcak su, fıstık ezmesi, bezelye, köri, tuz ve karabiber ilave edin. 20 dakika pişirip limon suyu, kıyılmış maydanoz ve yer fıstığı ekleyin. 10 dakika daha pişirip servis yapın.



Fotoğraf "Göksen" tarafından gönderildi. 13.01.2016