



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ZEYTİNYAĞLI KARNABAHAHAR

<https://pomatsite.blogspot.com.tr>

1 kg karnabahar  
250 gram brokoli  
1 tane soğan  
4 diş sarımsak  
4 su bardağı su  
4 yemek kaşığı zeytinyağı  
2 yemek kaşığı limonsuyu  
1 tatlı kaşığı toz şeker  
Tuz

Önce karnabaharı çiçek çiçek açalım ve yıkayalım. Zeytinyağı tencereye koyalım ve soğanları da küçük yemeklik doğrayalım, pembeleşinceye kadar kavralayalım. Sonra da sarımsakları küçük doğradıktan sonra suyunu ilave edip kapağını kapatıp 10 dakika pişirelim. Sonra karnabahar, brokoli, toz şekeri ve tuzunu katıp karıştırıp kapak kapalı bir şekilde pişmeye bırakıyoruz. karnabaharlar pişince ocağın altı kapatılır ve soğumaya bırakılır.

