



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütəvazi Lezzətlər® Azərəcə Yemək Tərifləri

Qarnibahar Qızartması

Karnabahar Kızartması



2 Ədəd kiçik qarnibahar
2 Ədəd yumurta
4 Yemək qaşığı un
2 Çorba qaşığı süd
2 Çay qaşığı duz
2 Şəkan qızarma yağı

- # Qarnibahar kiçik parçalara ayrılıb, qaynayan duzlu suda hardasa 20 dəqiqə xaşlanır.
- # Yumurta, un, süd və duzdan ibarət olan məhlul hazırlanır.
- # Xaşlanıb suyu süzülən qarnibahar dənələri buqarışıma bulanır və qızğın yağa atılır.
- # Pəmbə rəng alınca kağıd dəsmala çıxardılır.
- # Isit ya da ilıq olaraq xidmət edilir

Not: Qarnibahar qızartması keççap bərabərliyində həzm ediləcəyi kimi, ət yeməklərin yanında qarnitür olaraq istifadə edilə bilər.