



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

Gebratener Blumenkohl

Karnabahar Kızartması



2 kleine Blumenkohl
2 Eier
4 EL Mehl
2 EL Milch
2 KL Salz
2 Gläser Bratöl

- # Blumenkohl in kleine Teile zuschneiden und im kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten köcheln lassen.
- # Eine Mischung aus Ei, Mehl, Milch und Salz zubereiten.
- # Blumenkohl in einen Sieb geben und abtropfen lassen. Die Blumenkohlstücke nun in diese Mischung eindunken und in einer Pfanne erhitztem Öl braten und sobald es rosarot geworden ist auf ein mit Küchentuch belegtes Servierteller herauslegen.
- # Warm oder lauwarm servieren.

Tipp: Gebratener Blumenkohl kann sowohl separat mit Ketchup oder auch als Garnitur zu Fleischgerichten verzehrt werden.