



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

Frittamento di Cavolfiore

Karnabahar Kızartması



2 piccoli cavolfiori
2 uova
4 cucchiaini di farine
2 cucchiaini di latte
2 cucchiaini di sale
2 bicchieri olio di fritte

- # I cavolfiori dopo averli tagliati si boliscono nell'acqua calda più o meno per 20 minuti.
- # Si prepara una miscela che diventa dalla farina, da latte e da sale.
- # Dopo aver filtrato l'acqua dei cavolfiori si mettono in questa miscela e poi si buttano nell'olio caldo. Dopo aver preso il colore viola si prendono su una carta.
- # Serviranno caldo o fresco.

Nota: Il piatto di cavolfiore si può consumare con ketchup e con insieme con le altre piatte di carne come garniture.