



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

---

## Borek di Cavolfiore

Karnabahar Böreği



1 cavolfiore  
1 bicchiere di yogurt  
2 uova  
2 cucchiai di farina  
1 tazza di formaggio grattugiato  
1 cucchiaino di sale

- # Cavolfiore si condivide. Poi si bollisce nell'acqua salata finché diventano morbide.
- # Poi si filtrano e si filano un vassoio.
- # Alla sopra si pizzica formaggio grattugiato.
- # In una ciotola si miscelano bene farina uova yogurt e sale.
- # La miscelata preparata si svuota sopra i pezzi di cavolfiore.
- # Si cucina nel forno riscaldato a 180 gradi per 45 minuti.
- # Servirsi in fettati come volendo.

**Nota:** In questa ricetta non si usa olio perché viene basta la quantità olio del formaggio.