

Fırınlanmış Karnabahar Mezesi

Süre: 50 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 15 dakika
>> **Pişirme Süresi:** 35 dakika
>> **Kaç Kişilik:** 6 kişilik

Malzemeler:

- 1 orta boy karnabahar
- 1,5 su bardağı süzme yoğurt
- 1 diş sarımsak
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı kimyon
- 1 çay kaşığı kırmızı toz biber
- Yarım demet maydanoz
- Tuz

Alerjen Uyarısı:

⚠ **İçerir:** Süt ürünleri.

Ön Hazırlık:

1 orta boy karnabahar, 1,5 su bardağı süzme yoğurt ve 1 diş sarımsak malzemelerini ölçün. Sebze ve meyveleri bol suyla yıkayıp tamamen kurutun. Pişen ve çiğ tüketilen bileşenler için ayrı kaplar kullanın; fırın gereken tariflerde fırını önceden ısıtın. Bütün malzemeleri başlamadan önce tezgâha almak pişirme süresinin ve kıvamın kontrolünü kolaylaştırır. Doğranan parçaları benzer büyüklükte tutun; böylece biri dağılırken diğeri sert kalmaz. Sütlü, yumurtalı, etli veya tavuklu malzemeleri kullanacağınız ana kadar buzdolabında bekletin. Servis saatini hesaba katarak sıcak ve soğuk bileşenlerin hazırlık sırasını önceden belirleyin.

Servis Önerisi:

Salatayı dinlendirmeden veya kısa süre soğuttuktan sonra ana yemeğin yanında servis edin. Servis miktarını eşlik eden yemeklere göre dengeli porsiyonlayın. Porsiyonları hazırladıktan sonra uzun süre açıkta bekletmeyin; eşlikçileri ana tarifin tadını bastırmayacak ölçüde ve mevsime uygun seçin.

Yapılışı:

Kiraz'ın Mutfağı

1. Malzemeleri hazırlayın:

- 1 orta boy karnabahar, 1,5 su bardağı süzme yoğurt ve 1 diş sarımsak malzemelerini yıkayın, süzün ve tamamen kurutun.
- Pişmesi gereken bakliyat ya da sebzeyi diri kalacak biçimde önceden hazırlayın.

2. Sosu karıştırın:

- Sos malzemelerini ayrı bir kasede tuz tamamen çözünene ve karışım bütünleşene kadar çırpın.
- Ekşi, tuzlu ve yağlı bileşenlerin dengesini küçük bir tadımla ayarlayın.

3. Salatayı birleştirin:

- Sert malzemeleri geniş kapta karıştırıp hassas yeşillikleri daha sonra ekleyin.
- Sosu servis zamanına yakın gezdirerek malzemeleri ezmeden harmanlayın.

4. Son dokuyu verin:

- Peynir, kuruyemiş veya taze otları en son ekleyin.
- Salatayı sulanmadan servis tabağına alın ve oda sıcaklığında uzun süre bekletmeyin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Sebzeler canlı, bakliyat veya tahıllar diri ve sos bütün yüzeylere ince biçimde dağılmış olmalıdır. Kapta su birikiyorsa malzemeler iyi kurutulmamış veya sos erken eklenmiştir. Son tadımda ekşilik baskınsa yağla, yoğunluk fazlaysa az limon suyuyla denge kurun; yeşillikleri ezmeden karıştırın.

Saklama:

Sosu ve taze malzemeleri mümkünse ayrı kaplarda buzdolabında saklayın. Hazırlanmış porsiyonu aynı gün tüketin; süt, yumurta veya et içeren ürünü oda sıcaklığında iki saatten fazla bırakmayın.

>> **İpucu:** Karnabaharı yoğurtla karıştırmadan önce tamamen soğutarak mezenin sulanmasını önleyin.

Kiraz'ın Mutfağı