

# MUSAKA OD KARFIOLA I MESA

## Sastojci:

- ❖ 1 veća glavica karfiola
- ❖ oko 400gr mlevenog mesa
- ❖ 1 glavica crnog luka
- ❖ 2 jajeta
- ❖ čaša jogurta (od 0-1,6% mlečne masti)
- ❖ 100ml maslinovog ulja
- ❖ 150gr kačkavalja
- ❖ kalijumova (himalajska) so i biljni začini po ukusu



## Priprema:

1. Karfiol operite pa iskidajte na manje cvetove, a zatim obarite u slanoj vodi.
2. Tačnije, stavite vodu da provri, pa čim provri dodajte karfiol i barite ga tek par minuta, toliko da omekša.
3. Potom izvadite iz vode i ostavite ga da se prosuši.
4. Za to vreme, luk iseckajte na sitno, pa prodinstajte na malo maslinovog ulja.
5. Kad luk postane staklast, dodajte meso i dinstajte dalje zajedno, da se meso fino uprži.
6. Kad meso omekša dodajte začine pa dinstajte još par minuta, pa potom sklonite sa ringle.
7. Odgovarajuću tepsiju premažite sa malo maslinovog ulja, a zatim poređajte red karfiola, pa red mesa i tako dok imate materijala.
8. U zavisnosti od toga da li koristite širu ili užu tepsiju, možete praviti 2 ili više redova.
9. Što više redova, musaka bolje izgleda kad se iseče.
10. Na kraju umutite jaja sa jogurtom i malo maslinovog ulja, pa prelijte složenu musaku.
11. Po ukusu dodajte rendani kačkavalj odozgo, pa stavite da se musaka zapeče na 200 °C.
12. Biće potrebno tek 15-20 minuta, toliko da se preliv zapeče i upije musaka.
13. Poslužite dok je toplo uz priloge po ukusu, a odlično se slaže uz zelenu salatu i uživajte!



*Prijatno!*