



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## ENGİNAR ÇEVİRME

- 2 adet enginar çanađı
- 1 tatlı kaşığı salça
- 2 adet taze sođan
- 2 orba kaşığı zeytinyağı
- 1 ay bardađı su
- 1 ay kaşığı tuz

Tavaya zeytinyağı konur. Suda bulunan enginarlar arzu edilen Őekilde doğranır. Isınan yağa atılır. Hemen sonra iri dođranmıŐ soğan katılır. Tuz serpilir. Su ve salça karıŐtırılır, eklenir. Ara sıra çevirerek enginar yumuŐayana kadar piŐirilir.