



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ENGİRAR YATAĞINDA SEMİZOTU

4 adet enginar
1 demet semizotu
Yarım limon +1 çorba kaşığı limon suyu
1 çorba kaşığı tozşeker
1 su bardağı su
3 çorba kaşığı zeytinyağı
1 adet soğan
2 adet havuç
8-10 adet siyah zeytin
1 diş kıyılmış sarımsak
Tuz

Temizlenmiş enginarları yarım limonla ovduktan sonra tencereye dizin ve üzerine tozşeker, su, tuz ekleyin. 20 dakika haşladıktan sonra ocaktan alın. Zeytinyağını bir tavaya koyup, üzerine yarım ay şeklinde doğranmış soğan ve jülyen kesilmiş havucu ilave edip, 5 dakika soteleyin. Üzerine temizlenmiş ve kıyılmış semizotunu katıp, 3 dakika daha soteleyin. Çekirdekleri çıkarılmış ve kıyılmış zeytin, sarımsak, 1 çorba kaşığı limon suyu ve tuz ekleyip, karıştırın. Bu karışımı enginarların üzerine pay edip, servis yapın.



Fotoğraf "arap baci" tarafından gönderildi. 13.07.2015