



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ENGİNAR SALATASI

2 adet küçük boy yapraklı enginar
1 adet limon
5 çorba kaşığı zeytinyağı
2 çorba kaşığı limon suyu
10 adet kuşkonmaz
Yarım adet kırmızı ve sarı dolmalık biber
1 adet soğan
1 dal dereotu
Karabiber
Tuz

Enginarları boylamasına ikiye kesin. Her parçayı dörde bölün, tüylü kısmı bıçakla çıkarıp limonla ovun. Su, tuz, bir çorba kaşığı zeytinyağı ve limon suyuyla 15 dakika haşlayın. Kuşkonmazları zeytinyağı ve bir tutam karabiberle soteleyin. Aynı tavada küp doğranmış biberleri soteleyin. Enginarın üzerine kuşkonmaz, piyazlık doğranmış soğan ve biberleri, kalan zeytinyağını, limon suyunu ve tuzu ekleyin.



Fotoğraf "nezoş" tarafından gönderildi. 03.05.2015