



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İÇ BAKLALI ENGİNAR

5 adet enginar
2 adet soğan
1 su bardağı iç bakla
1 çay bardağı zeytinyağı
1/2 limonun suyu
4 adet kesme şeker
1 tatlı kaşığı tuz
1/2 demet dereotu

Soğanları yarım ay şeklinde doğrayın ve bir tencereye alın. Temizlenmiş enginarların çanak kısımları yukarı gelecek şekilde soğanların arasına yerleştirin. Üzerlerine iç baklaları serpin. Zeytinyağı, limon suyu, kesme şeker ve tuzu da ekleyin. Tüm malzemenin üzerini kaplayacak kadar su koyup enginarlar yumuşayana kadar iyice pişirin. Daha sonra dereotuyla süsleyerek servis yapın.