



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KEREVİZLİ ENGINAR

2 çorba kaşığı un
Tuz
1 adet limon
1/4 bardak Zeytinyağı
1/2 çorba kaşığı şeker
3 adet havuç
3 adet patates
6 adet enginar
18 adet arpacık soğan
1 adet kereviz kökü

Bir büyükçe tencereye 10 bardak su, un ve limonun suyunu koyup iyice karıştırın. Sonra bu unlu ve limonlu suya, soyulmuş arpacık soğanlarını, soyulmuş ve dörde bölünmüş sarı patatesleri, siyah kabuğu derince kesilmiş ve yine dörde bölünmüş kerevizi, kazınmış ve ikiye bölünmüş havuçları koyun. Enginarların yapraklarını teker teker kopartıp alt orta kısmından keserek içinin tüylü kısmını alın ve enginarlar kart ise üst ve yanlarından elma soyar gibi soyun ve hemen un ve limon karışımı bulunan suya atın. Enginarları sudan çıkararak, orta büyüklükte bir tencereye yan yana döşeyip etraflarına da diğer sebzeleri yerleştirin. Sonra bunlara, zeytinyağı, toz şeker, 1/2 limonun suyu, tuz ile 5 bardak da enginarların içine atıldığı un ve limonlu sudan koyup tencerenin kapağını sıkıca kapatın ve enginarlar suyunu çekip yumuşak bir hal alıncaya kadar önce kuvvetlice sonra da orta ateşte olmak üzere yaklaşık bir birbuçuk saat pişirin ve ateşten alarak iyice soğuduktan sonra tabağa alıp servis yapın.

