



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI GARNİTÜRLÜ ENGİNAR

Malzemeler:

- 6 adet enginar
- 1 su bardağı bezelye
- 1 adet havuç
- 1 adet patates
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- 2 adet kuru soğan
- Yarım demet dereotu
- Yeteri kadar tuz
- 1 adet limon
- 1 yemek kaşığı toz şeker
- 2 yemek kaşığı un
- 1 çay bardağı su
- Yağlı kağıt

Hazırlanışı:

Enginarları ayıklayıp limonlu, unlu suda bekletin. Soğanları piyazlık kıyın. Patates ve havucu minik küpler şeklinde doğrayın. Zeytinyağını tencereye alıp soğanları kavurun. Patates, havuç ve bezelyeleri katıp 5 dakika kavrulunca ateşten alın. Enginarları tencereye yerleştirin. Ortalarına bezelyeli harcı doldurun. Tuz, limon suyu ve toz şekeri üzerinde gezdirin, üstüne 1 çay bardağı su ekleyin. Tencerenin üzerini yağlı kağıtla kapatıp, pişmeye bırakın. Enginarlar yumuşayınca ateşten alın. Kağıdını açmadan soğutun (Enginarların renginin kararmaması için). Soğuyunca servis tabağına alın. Üzerine kıyılmış dereotu serpip, servis edin.



Fotoğraf "Ahben" tarafından gönderildi. 03.03.2020