



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BADEMLİ ENGİRAR SALATASI

<https://www.elele.com.tr>

3 adet enginar kalbi
1 orta boy kuru soğan
4 yemek kaşığı zeytinyağı
4 adet sultaniye bezelye
1/4 portakal
1/4 limon
1 tatlı kaşığı lor peyniri
1 tatlı kaşığı nar ekşisi
1 tatlı kaşığı file badem
1 tutam tuz

Körpe enginarları zeytinyağında soğan ile kavurun ve üzerini kaplayacak kadar su ilave edip pişirin. Pişirme esnasında içerisine bir miktar limon suyu ve tuz ilave edin. İşlemi tamamlandıktan sonra soğumaya bırakın. Soğuyan enginarları servis tabağına alıp; üzerini haşlanmış bezelye, portakal dilimleri, lor peyniri, file badem ve roka ile süsleyin.

