



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

BEŞAMEL SALÇALI ENGİNAR

Kullanılacak malzeme (4 kişilik):

8 irice ve çok körpe enginar,
75 gram sadeyağ,
25 gram un,
250 gram (1 bardak) süt,
50 gram rendelenmiř kařkaval peyniri,
1 limon,
125 gram çiğ krema,
yeteri kadar karabiber ve tuz.

Yapımı : Enginarların saplarını atın. Dikenli bölümlerini kesin, dış yapraklarını atın, tüylü kısımlarını da kazıdıktan sonra akarsuda yıkayın ve limonlu suya atın.

Enginarların temizlenmesi bitince bunları içinde tuzlu su bulunan bir güvece koyun ve orta ısıdaki bir ateşte pişirin.

Enginarlar haşlanınca bunları sudan çıkarıp 25 gram yağla birlikte sote edin. Sonra enginarları bir güvece yerleştirin

Artan yağ, un ve ılık sütten yararlanarak beşamel salçasını hazırlayın. Beşamel salçası hazır olunca kabı ateşten indirerek çiğ krema ve rendelenmiş peynirin yarısını katarak iyice karıştırın ve enginarların üzerine dökün. Artan rendelenmiş peyniri de serptikten sonra güveci olduğu gibi sofraya çıkararak servis yapın.