



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DENİZ BÖRÜLCELİ ENGİNAR

Elif Korkmazel

1 demet deniz börülcesi
4 adet enginar
1 adet limonun suyu
Bir tutam karbonat
5 çorba kaşığı zeytinyağı
4 diş sarımsak
2 çorba kaşığı sirke
1 adet havuç
1/2 demet dereotu
Yeteri kadar su
Tuz
Karabiber

Enginarları, yarım limon suyu sıkılmış suda haşlayın. Börülceyi de karbonatlı bol suda haşlayın. Yeşil kalması için soğuk suda beş dakika bekletin. Süzdükten sonra kılçıklarını temizleyin. Bir tabağa alıp üzerine kalan limon suyu, dövülmüş sarımsak, zeytinyağı, sirke ve tuz ekleyip karıştırın. Enginarların içine ince dilimlenmiş havuç ve deniz börülcesini paylaşırın. Dereotu ile süsleyerek servis yapın.