



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## ENGİNAR GÖBEĞİ HAZIRLAMA

Bıçak kullanarak enginarın sapını kesin. Dıştaki yaprakların her birini arkaya doğru kıvrıp, etli bölümden dayanıklı üst kesimini, yumuşak ve daha uçuk renkli iç yapraklara ulaşana kadar koparın. Kararmasını önlemek için, yeni kesilmiş bir limonu enginarın kesilen yüzeylerine sürün. Enginarın üst bölümünden üçte ikilik parçasını kesip atın. Yaprakların koyu yeşil renkli sert köklerini kesin. Göbek bölümündeki ince tüyleri kaşıkla çıkarın.

---

© lezzetler.com tarif no:28365 • adı:Enginar göbeği hazırlama • gönderen:tanyeli • indirme tarihi:04.04.2025 - 00:28