



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ENGİNARIN AYIKLANMASI

- 1 Enginarın sap kısmını keskin bir bıçakla kesip, sert ve çürük dış yapraklarını koparıp çıkarınız.
 - 2 Enginarın üst kısmını kesip kesilen kısımları limonla oğunuz.
 - 3 Dış yapraklarının fazla kısımlarını bir makasla kırıp, kesilen kenarları limonla oğunuz.
 - 4 Enginarın ortasını çıkarmak için dış yapraklarını gevşetiniz; tüylü kısmı kaplayan dikenli yaprakları çıkarınız.
 - 5 Enginarın tüylü kısmını bir tatlı kaşığıyla kazıyıp temizleyiniz.
 - 6 Enginarın kesilmiş kenarlarının tamamını limonla oğup kesilen kısımlardaki renk değişimini önleyiniz.
-

© lezzetler.com tarif no:60452 • adı:Enginarın Ayıklanması • gönderen:bitmeyen şarkı • indirme tarihi:08.04.2025 - 09:35