



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ENGİNAR KALBİ SALATASI

200 gram konserve enginar kalbi

1 soğan

1 havuç

2 patates

1 çorba kaşığı toz şeker

1 çay kaşığı tuz

1 çay bardağı zeytinyağı

Dereotu

Temizlenmiş patates ve havuçları limonlu suda yıkayıp dilimleyin ve tencereye dizin. Yıkanmış ve irice doğranmış soğanı, şekerini, tuzunu serpin. Üzerine zeytinyağını gezdirip az miktarda su ilave edip kapağını kapatın ve 25 dakika pişmeye bırakın. Pişince içine konserve enginar kalbini süzüp ekleyin, karıştırın ve servis yapın. Soğuyunca servis tabağına aktarın. Dereotlu ve bol limonla süsleyip ikram edin.