



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ENGİNAR

Yurdumuzda ve Akdeniz iklimi olan ülkelerde yetişen kıymetli bir sebzedir. Etili kalın yapraklardan oluşan uzun saplı, top şeklinde bir sebzedir. Yapraklarının etsiz sert kısımları kesilir. Genellikle dereotu, maydanoz ve su karışımından oluşan "Court Boillon" (kort bulyon) denen sıvıda haşlanarak hazırlanır. Enginar göbeği tuzlu ve limonlu suda haşlanarak ve sirke, limon suyu, kekik, defne yaprağı, tuz, beyaz biber, zeytinyağı ve rezene karıştırılarak hazırlanır. Karışım 6-7 saat bekletilir.

© lezzetler.com tarif no:98300 • adı:Enginar • gönderen:Saadet • indirme tarihi:02.04.2025 - 10:46