



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ENGİNAR PÜRESİ

<https://www.elele.com.tr>

- ½ adet enginar
- 1 küçük taze patates
- 1 diş taze sarımsak
- 2 dal maydanoz
- 1 çay kaşığı hindistan cevizi yağı
- 1 kaşık süt

Sebzeleri buharda pişirin. Bütün malzemeyi karıştırıp püre haline getirin.

