



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ENGİNAR YATAĞINDA AVOKADO TARTAR

1 adet avokado
4 adet enginar
1/2 adet domates
1/2 adet kırmızı soğan
5 dal maydanoz
5 dal dereotu
1 tatlı kaşığı sıvıyağ
Bir miktar tuz ve karabiber
1/2 adet limon suyu

Hazırlanışı

Enginarları haşlayın. Avokadoları soyup çekirdeğini çıkarın ve doğrayın. Domates, soğan, maydanoz ve dereotunu ince ince doğrayıp sıvıyağ, tuz, tane karabiber, limon suyu ve avokado ile karıştırın. Haşlanmış enginarların içine doldurup servis edin.