



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ENGİNARLI TÜRLÜ

Malzemeler

- 1 kavanoz Tukaş Enginar
- 1 su bardağı Tukaş Taze Fasulye (suyu süzölmüş)
- 1 su bardağı Tukaş Bezelye (suyu süzölmüş)
- 2 adet patates,
- 2 adet havuç,
- 2 adet kabak,
- 1 adet kuru soğan,
- 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 limon
- Yeterince tuz, karabiber

Hazırlanışı

- Tukaş Enginar Konservesi'nin suyunu süzün.
- Patates, havuç, kuru soğan ve kabağı ayıklayıp, tavla zarı büyüklüğünde doğrayın.
- Ayrı ayrı tuzlu suda haşlayın. Bütün sebzeler haşlandıkça, süzerek sudan alıp soğuk sudan geçirin.
- Fırın tepsisine ayrı ayrı haşladığınız sebzeleri karıştırarak yerleştirin.
- Tukaş Bezelye Konservesi ve Tukaş Taze Fasulye Konservesi'nden 100'er gram tepsiye ekleyin.
- Tukaş Enginar Konservesi'nin çanaklarını 4'e bölünüz ve tepsinin en üstüne yerleştirin.
- Zeytinyağı, limon suyu, tuz ve karabiberi ekleyip, 150 derecede ısıtılmış fırında 10 dakika pişirin.
- Sıcak olarak servis yapın.