



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI ERİKLİ ENGİNAR

- 8 tane çanak enginar
- 1 kuru soğan
- 2 su bardağı dolusu yeşil erik
- 1 ay bardağı zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığından az tuz
- 1 tatlı kaşığı şeker

Tencereye anak enginarları dizin.

Üzerine çekirdekleriyle erikleri + soğanı gelişi güzel koyun.

Tüm malzemelerin üzerine yağ + tuz + şeker'ini de ekleyin.

1 su bardağı kadar su ekleyip, porselen bir tabak kapatın.

Ateşin altını açın, yemeği pişirmeye başlayın.

Yemek fokurdarken, ateşin altını kısıp, pişirin.

Enginarların soğumasını bekleyin. Enginarların pişip pişmediğini atal batırarak anlayabilirsiniz.

Tencereden enginarları kaşık yardımıyla çıkarın.

Tencere de soğan, erik karışımı kalacak.

Eriklerin çekirdeklerini çıkarın ve soğanla erikleri el blenderından geçirip, sos yapın.

Yapılan sosu, enginar anaklarının içine doldurun.

Erikli enginarları kıyılmış dereotlarıyla süsleyin.

