



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI ENGİRAR

Necip Usta

6 adet dolgun enginar
2 çay kaşığı un
1 adet orta boy havuç
1 çay kaşığı tozşeker
2 adet orta boy patates
1/2 limonun suyu
20 adet arpacık soğanı
5 su bardağı su
3 kahve fincanı zeytinyağı
2 çorba kaşığı bezelye
1 tatlı kaşığı tuz
1 bağ dereotunun yaprakları

- 1) Enginarları saplı olarak ayıklayınız. Havuç ve patatesleri soyup zar gibi doğrayınız. Soğanların başlarını hafif kesip soyunuz.
- 2) Küçük bir tencereye enginarları yanyana yatırarak daire şeklinde diziniz. Yağını koyunuz. Havuç, patates ve soğanları yıkayıp üzerine ilâve ediniz.
- 3) Bir kabin içerisinde, tuzu, unu, tozşeker ve limon suyunu ve suyu iyice karıştırıp enginarların üzerine ilâve ediniz.
- 4) Üzerlerine bir yağlı kâğıt kapatıp kâğıdın üzerine de bir tabak kapatarak 1 kere kaynattıktan sonra ağır ateşte 1,5 saat pişiriniz.
- 5) Ateşten alarak soğutup üzerine haşlanmış bezelyesini ve dereotunu serpip servis yapınız.

[ml@ Zeytinyağlı Enginar için tıklayın](#)



Fotoğraf "İsmet Atabay" tarafından gönderildi. 16.03.2018