



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SICAK ENGİNAR KALBI

Elif Korkmazel

100 gram enginar kalbi
1 limon suyu
4 orba kaşığı zeytinyağı
1 orba kaşığı şeker
1 havuç
1 adet sođan

Tencereye yarım ay şeklinde doğranmış soğanı ve havucu ekleyip zeytinyağında 5 dakika kavurun. Üzerine şekeri ve limon suyunu a ekleyip havuç ve soğanlar biraz pişince enginar kalbini ekleyip 5 dakika aha pişirip servis tabağına aktarın. Hem sıcak hem soğuk yenyormuş ama ben sıcak halini çok beğendim yemenizi tavsiye ederim.