



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## İÇ BAKLALI ENGİNAR

4 Adet Enginar  
200 g İç Bakla (bir gece suda bekletilmiş)  
6 Adet Arpacık Soğan  
2 Diş Sarımsak  
300 ml Su  
30 g Un  
20 ml Limon Suyu  
5 g Toz Şeker  
5 Dal Dereotu  
Yeteri Kadar Tuz  
Yeteri Kadar Karabiber  
Yeteri Kadar Zeytinyağı

Arpacık soğanları ikiye kesip tencerede zeytinyağı ile soteleyin.İç baklayı ve kıyılmış sarımsakları ekleyip sotelemeye devam edin. Unu ekleyin ve 2 dakika kavurun.Enginar, su, limon suyu, toz şeker, tuz ve karabiber ekleyip tencerenin kapağını kapatın. Enginarlar yumuşayana kadar pişirin ve soğutun.Enginarları servis tabağına alın, ortalarına iç bakla ekleyin. Dereotunu kıyın ve üzerine ekleyip servis yapın.

