



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇ BAKLALI ENGİNAR

<https://pomatsite.blogspot.com.tr>

5 adet enginar
Yarım kg iç bakla
2 soğan
1 su bardağı zeytinyağı
1 limon
1 kesme şeker
1 demet dereotu
Tuz

Soğanları ince doğrayın ve yağda hafifçe çevirin. Temizlenmiş ve tuza batırılmış, yarım limonla ovulmuş enginarları sıralayın. Tuz, şeker ve yarım limon sıkın, üstünü örtecek kadar su koyun. Tencerenin ağzını önce yağlı kağıtla, sonra kapakla kapayın, ateşe bırakın. Yarı pişince iç baklaları ekleyin. Tamamen pişince ateşten alın. Enginarları servis tabağına dizin, ortalarına baklaları doldurun ve bol miktarda kıyılmış dereotu serpin.

