



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇ BAKLALI ENGİNAR

Eyüp Sevinç

4 adet enginar
½ kg iç bakla
12 adet arpacık soğan
1 adet havuç
1 adet limon
1 su bardağı zeytinyağı
1 adet kesme şeker
1 demet dereotu
Tuz

Soğanları ince doğrayın ve yağda hafifçe çevirin. Temizlenmiş ve tuza batırılmış ½ limonla ovulmuş enginarları sıralayın. Tuz, şeker ve ½ limon sıkın. Üstünü örtecek kadar su koyun. Tencerenin ağzını önce yağlı kağıtla, sonra kapakla kapayın ateşte bırakın. Yarı pişince iç baklaları ekleyin. Tamamen pişince ateşten alın. Enginarları servis tabağına dizin, ortalarına baklaları doldurun ve bol miktarda kıyılmış dereotu serpin.

