



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## İÇ BAKLALI ENGİNAR

4 adet enginar  
Yarım su bardağı zeytinyağı  
10 adet arpacık soğan  
1'er adet havuç ve patates  
2 çorba kaşığı un  
2 su bardağı su  
Yarım limonun suyu  
Tuz  
İç bakla için:  
500 gr. iç bakla  
Yarım su bardağı zeytinyağı  
1 adet ince doğranmış soğan  
2 su bardağı sıcak su  
Yarım limonun suyu  
Tuz

Arpacık soğanları zeytinyağında kavurun. Havuç ve patatesi küçük doğrayın. Havuçları tencereye ekleyin. Bir iki çevirip, unu ekleyin ve 1-2 dakika daha pişirin. Tencereye su, limon suyu ve tuz katın. Enginar ve patatesi ilave edin ve yumuşayana kadar pişirin. Başka bir tencerede ince kıyılmış soğanı zeytinyağında kavurun. Baklayı koyup biraz daha kavurun ve tuz, limon suyu ve su ilave edip, 10 dakika daha pişirin. Enginarlarla birlikte servis yapın.