



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAK YATAĞINDA GARNİTÜRLÜ ENGİNAR

- 1 paket garnitürlü enginar
- 1 paket ayıklanmış ıspanak
- 1 ay bardağı zeytinyağı
- 2 yemek kaşığı limon suyu
- 2 su bardağı su
- 1 ay kaşığı kırmızı biber
- 1 yemek kaşığı krema
- 1 ay kaşığı tuz
- 10 dal dereotu

Lezzet'in bu muhteşem tarifleri ile siz de Ramazan sofralarınızı hazırlayabilirsiniz. Enginarları tencereye dizin. Üzerlerine küp soğanların yarısını paylaşırın. 3/4 çay bardağı zeytinyağı ve limon suyunu üzerlerine gezdirip suyu ekleyin ve orta ateşte kapağı kapalı olarak 25 dakika pişirin. Garnitürlü enginarın garnitürünü göbeklerine paylaşırıp 20 dakika daha pişirin. Kalan soğanı zeytinyağında pembeleşinceye kadar kavurun. Küp doğranmış kırmızıbiberi ekleyip soteleyin. Ispanakları ekleyip sotelemeye devam edin. Tuz, karabiber ile tatlandırın. Ocaktan alıp krema ekleyerek karıştırın. Servis tabağına önce ıspanağı yayın. Üzerine garnitürlü enginarları dizip kıyılmış dereotu serpiştirerek servis yapın.