



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## KIYMALI ENGİNAR

2 yemek kaşığı tereyağı  
200 gr. dana kıyma  
1 adet soğan  
½ bağ dereotu  
Tuz  
Karabiber  
4 adet enginar  
2 su bardağı su  
Zeytinyağı

Bir tavada tereyağını eritin. Yemeklik doğradığınız soğanları tavaya alıp kavurun. Ardından kıymayı ilave edin ve kavurmaya devam edin.

Son olarak, tuz, bolca karabiber ve ince kıyılmış dereotunu ilave edip çevirin ve kenara alın.

Enginarları bir tencereye yerleştirin. Üzerlerine kıymayı paylaşın, su ve zeytinyağını tencereye ilave edip kapağını kapatın. 30 dk. kısık ateşte pişirin.

Enginarlar pişince kenara alın ve dinlendirin. Üzerine dereotu serpip servis edin.

