



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KOLAY ENGİNAR HAŞLAMASI

1.5 litre su
2 adet limon
1 çorba kaşığı tuz
1 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çorba kaşığı un
4 adet enginar.

Enginarları ayıklayın, ayıkladıkça limon suyu sürün, kararmasın.

Bir tencereye 1.5 litre su koyup içine önceden sulandırılmış unu, zeytinyağını, tuzu, birkaç limon dilimini atıp karıştırınız. Temizlediğiniz enginarları bu suya atıp haşlayınız.

Enginarın üzerine zeytinyağı, sirke döküp ılık olarak ikram edebilirsiniz.