



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KOLAY PORTAKALLI ZEYTİNYAĞLI ENGİNAR

- 6 Enginar
- Garnitür
- 2 Adet Portakalın Suyu
- 1 Adet Limon Suyu (Yarısı enginarlar haşlanırken)
- 2 Tane Kesme Şeker
- 1 Tatlı kaşığı tuz
- 1 Çay bardağı zeytinyağ
- 1 Çay bardağı su

6 adet soyulmuş enginar üzeri hafif geçecek kadar su konup üzerine yarım limonun suyu da eklenerek haşlanır. Garnitür bir tavada çok az zeytinyağında hafifçe kavrulur. Haşlanıp suyu süzülen enginarlar tencereye konarak üzerine kaşık yardımıyla garnitürler ilave edilir. Sıkılmış olduğunuz portakal ve yarım limonun suyu tencereye ilave edilir. Son olarak zeytinyağ, şeker, tuz ve su ayrı bir kaptaki karıştırdıktan sonra eklenir. Kapağı kapatılarak kaynayana kadar orta ateşte kaynadıktan sonra altını kısıp pişirilir. Soğuduktan sonra servis yapabilirsiniz.

