



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUKLU ENGİNAR

Elif Korkmazel

5 adet enginar
1 adet limon suyu
Yeteri kadar su
2 çorba kaşığı tereyağı
1 adet tavuk göğsü
10'ar adet mantar ve arpacık soğan
1/2 kırmızı biber
3 diş kıyılmış sarımsak
5-6 adet kiraz domates
Tuz
Karabiber
Pul biber

Dört adet enginarı limon suyu eklenmiş suda yumuşayana kadar haşlayın. Kalan enginar ve kırmızı biberi küp doğrayın. Kuşbaşı doğranmış tavuk etini yağda kavurun. Üzerine küp doğranmış enginar, arpacık soğan, dörde bölünmüş mantar, kırmızı biber ve sarımsak ekleyin. Baharatları katıp sebzeler yumuşayana kadar soteleyin. Kiraz domatesleri ekleyip birkaç dakika sonra ocaktan alın. Haşlanmış enginarların üzerine karışımı koyarak servis yapın.