



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI BAKLALI ENGİNAR

4 adet enginar
250 gr. bezelye (1 bardak)
250 gr. iç bakla
250 gr. arpacık soğanı
1 adet ufak havuç
250 gr. zeytinyağı (1 su bardağı)
Yarım orba kaşığı un
1 orba kaşığı toz şeker
1 adet ufak patates
2 limon

Enginarlar dış kabukları alta geriye doğru bükölüp kırılarak usölüne göre ayıklanır ve üzerlerine bol limon sürölerek tuzlu suya atılır. Hepsinin ayıklanması tamam olunca çıkarılıp yıkanır ve üzerlerine tekrar limon sürölerek tencereye saplan yukarı gelmek üzere dizilir. Yarım kaşık un bir limon suyu ve biraz su ile halledilerek tenceredeki enginarların üzerlerine dökölür, sonra şeker, tuz, arpacık soğanları da ilâve edilir, zeytinyağı ve hepsinin üstünü kaplayacak kadar da su «takriben bir bardak» konarak tencere ateşe oturtulur. 20 - 25 dakika pişirilip ateşten alınır. Bakla, bezelye, havuç ve patates ayrı bir kapta bütün olarak haşlanır ve pişerek alındıkları servis tabağımdaki enginarların etrafına zevke göre süs yapılarak ve soğuk olarak servise konur.