



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ZEYTİNYAĞLI BEZELYELİ ENGİNAR

4 kişilik Gerekli malzeme;

4 iri enginar

1.5 limonun suyu

300 gr bezelye

4 taze soğan

6-7 arpacık soğan

3-4 dal dereotu

1.5 çay bardağı zeytinyağı

1 su bardağı su

1 tatlı kaşığı tozşeker

Tuz

Süslemek için:

Küçük küpler halinde doğranmış havuç

1. Enginarları temizleyip yıkayın. Kararmaması için 1 limon suyu ve tuz ilave edilmiş suda bekletin. Bezelyeyi ayıklayın. Taze soğanları temizleyip kıyın. Arpacık soğanları soyun. Dereotunu kıyın.
2. Bezelyeyi tuzlu suda hafif haşlayıp süzün. 1 çay bardağı zeytinyağını tavada kızdırıp taze soğanı sote edin. Bezelyeyi ekleyip karıştırın. 1 tutam tuz serpip ateşten alın.
3. Bezelyeli karışımı enginarların içine paylaşırıp yayvan bir tencereye dizin. Arpacık soğan, 1 tutam tuz, tozşeker, kalan zeytinyağı, limon suyu ve su ilave edip kapağı kapalı olarak pişirin. Su kaynayınca ateşi kısıp sebzeler yumuşayınca kadar pişirin. Kapağı kapalı olarak soğumaya bırakın. Servis tabağına alıp küçük küpler halinde doğranmış havuçlarla süsleyerek servis yapın.



Fotoğraf "Doctor" tarafından gönderildi. 08.04.2021