



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI ENGİNAR (KONSERVEDEDEN)

6 adet dondurulmuş veya cam kavanozda muhafaza edilmiş enginar
2 adet havuç
1 ufak paket dondurulmuş bezelye
5 adet arpacık soğan veya yemeklik soğan
1 su bardağı zeytinyağı
Dereotu
2 limon
6 adet şeker

Enginarlar yıkanır, 1-2 dakika limonlu suda bırakılır. Diğer tarafta ayıklanıp yıkanmış havuç 1-2 dakika haşlandıktan sonra küp küp doğranır. Bezelye ile karıştırılır. Arpacık soğanlar doğranır ve limonlu sudan çıkarılan enginarlar altı düz bir tencereye konur. İçlerine birer arpacık soğan, havuç bezelyeli karışım, birer adet kesmeşeker (arzuya göre herbir enginar için yarım kesmeşeker de olabilir). Az tuz ilave edilir. Zeytinyağı ve 1 adet limonun suyu çirpılır ve enginarların üzerine gezdirilerek tamamı tencereye dökülür. 1 bardak su ilave edilip kapağı hiç açılmadan 20 dakika orta hararetle ateşte pişirilir. Enginarlar soğuduktan sonra servis tabağına alınır ve dereotu ile süslenerek servis yapılır.