



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ZEYTİNYAĞLI ENGİRAR

5 enginar  
2 soğan  
2 havuç  
2 patates  
1 su bardağı bezelye  
1 tatlı kaşığı toz şeker  
1 su bardağı su  
Yarım çay bardağı zeytinyağı  
Tuz

Öncelikle soğanları ve havuçları küp küp doğrayın ve bir tavaya zeytinyağı ekleyin. Doğradığınız soğan ve havuçları pembeleşinceye kadar zeytinyağında soteleyin. Pembeleşen soğanların üzerine toz şeker ekleyin. Bu esnada patates ve enginarları da küp şeklinde doğrayın. Doğranmış patatesleri ve enginarları sotenin içerisine ilave edin. Daha sonra soteye bezelyeyi ve suyu ekleyin. Tuzunu ayarladıktan sonra yarım saat enginarlar yumuşayınca kadar pişirin. Pişen enginarları servis tabağına alın. Üzerine zeytinyağı ve limon suyu gezdirin.

