



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ZEYTİNYAĞLI ENGİNAR

Asırlık Tariflerle Türk Mutfağı

6 adet enginar çanağı, soyulmuş  
600 ml su, enginarları bekletmek için  
1 adet limonun suyu  
200 g taze iç bezelye  
2 adet orta boy soğan, ince kıyılmış veya 20 adet arpacık soğan  
1 çorba kaşığı toz şeker  
1 tatlı kaşığı tuz  
100 ml sızma zeytinyağı  
½ demet dereotu, ince kıyılmış

Temizlenmiş enginarları kararmamaları için limonlu suda bekletin.  
Yayvan bir tencereye enginarları, bezelyeleri ve soğanları koyun.  
Üzerine toz şeker, tuz ve 200 ml limonlu su ile zeytinyağı ekleyin.  
Üzerini yağlı kâğıtla kaplayın ve orta ısıda sebzeler yumuşayıp yemek yağıyla kalıncaya kadar pişirin.  
Soğuduktan sonra dereotuyla servis edin.

Not: Taze bezelyeyi havuç ile kullanabilirsiniz ya da bezelye yerine taze iç bakla tercih edebilirsiniz.

