



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI ÇANAK ENGİNAR

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

6 adet suyun içinde satılan enginar
1 çay bardağı zeytinyağı
1 adet soğan
1 adet patates
1 adet havuç
1 adet limon suyu
1 su bardağı su
1 tatlı kaşığı toz şeker
Tuz
Süslemek için:
Dereotu

Öncelikle küp doğranmış havucu ve patatesi diri kacak şekilde çok az haşlayın. Bir tavada zeytinyağı ve soğanı hafif pembeleşinceye kadar kavurun. Üzerine küp doğranmış, az haşlanmış patatesi, havucu ve bezelyeyi ekleyip 3-4 dakika kavurun. Enginarları pişireceğiniz sosu hazırlamak için bir kaptaki 1 adet sıkılmış limon suyu, 1 su bardağı su, 1 tatlı kaşığı toz şeker, 1 çay kaşığı tuz ve zeytinyağını karıştırın. Geniş bir tencereye enginarları yerleştirin ve üzerlerine hazırladığınız garnitürden koyun. Limonlu su karışımını da tencereye aktarın. Ardından kapağını kapatıp, enginarlar yumuşayana kadar pişirin. Üzerine dereotu ile süsleyip, soğuk olarak servis edin.

