



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI ENGİRAR

5 adet enginar
3 adet soğan
1 kg iç bakla
1 demet dereotu
1 çay bardağı sıvıyağ

- 1- Enginarın kabukları ve içi ayıklanıp, tuzlu, limonlu suya atılır.
- 2- Soğanlar doğranır. Tencereye sıvıyağ ve soğan konulup kavrulur. Parçalara bölünmüş enginar da ilave edilerek bir miktar kavrulur.
- 3- Baklalar ayıklanıp içleri tencereye katılır. Tuz ve su ilave edilip pişmeye bırakılır. Pişmeye yakın doğranmış dereotu ilave edilir.
- 4- Suyu azalıp enginar iyice pişince ateşten alınır.