



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI ENGİNAR

Malzemesi

6 adet taze enginar,
3 adet patates,
1 adet havuç,
4 çorba kaşığı bezelye,
30 adet arpacık
soğan,
1 su bardağı zeytinyağı,
1 tatlı kaşığı toz şeker,
1 adet limon,
yarım demet dereotu,
yeterince tuz.

Hazırlanışı

Ayıkladığınız enginarları unlu ve limonlu suda bekletirken diğer malzemeleri hazırlamaya başlayabilirsiniz. Önce, soyulmuş patatesleri tavla pulu şeklinde kesin. Soyulmuş havuçları kalın ise uzunlamasına ikiye bölerek, kalın değil ise verevine yani yan yan kesin. Enginarları, havuçları, arpacık soğanları ve patatesleri tencereye koyup, tuzunu serpin. Üzerine bir su bardağı zeytinyağı ile yarım limonun suyu, yeterince şeker ve enginarların üzerine yakın gelecek şekilde suyu ekleyip tencerenin kapağını örtün. Enginarların pişmesine yakın bezelyeleri de ilave edin. Yemek pişince ocağın altını kapatın. İnce ayıklanmış dereotlarını serpip, on dakika kadar demlendirip servis tabağına çıkartın. Arzuya göre en üstüne de dereotu serpebilirsiniz.