



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI ENGİRAR

5 adet enginar
2 adet soğan
2 diş sarımsak
1 adet limon
2 adet küçük patates
2 adet havuç
2 yemek kaşığı bezelye
Zeytinyağı
2 tane kesmeşeker

Hazırlanışı:

Enginarlar yıkanır, 1-2 dakika limonlu suda bekletilir. Diğer tarafta ayıklanıp yıkanmış havuç ve patates 1-2 dakika haşlandıktan sonra küp küp doğranır ve bezelye ile karıştırılır. Soğanlar doğranır ve limonlu sudan çıkarılan enginarlar altı düz bir tencereye konulur. İçlerine birer parça soğan, havuç bezelyeli karışım, birer adet kesmeşeker ve bir tatlı kaşığı tuz ilave edilir. Zeytinyağı ve 1 adet limonun suyu çırpılır ve enginarların üzerine gezdirilerek tamamı tencereye dökülür. 1 bardak su ilave edilip kapağı hiç açılmadan 20 dakika orta hararetili ateşte pişirilir. Enginarlar soğuduktan sonra servis tabağına alınır vedereotu ile süslenerek servis yapılır.