



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI ENGİNAR

Elif Korkmazel

4 adet enginar
1 su bardağı arpacık soğan
2'şer adet havuç ve patates
1 su bardağı bezelye
4 adet kesme şeker
1 tatlı kaşığı tuz
1/2 limonun suyu
2 su bardağı su
2 çay bardağı zeytinyağı
1/2 demet dereotu

Temizlenmiş enginarları bütün olarak tencereye koyun. Patates ve havuçları verev doğrayın. Arpacık soğanları temizleyin. Bezelye, patates ve havuçları enginarların üzerine paylaşırın. Arpacık soğan, şeker, zeytinyağı, tuz, su ve limon suyunu da ekleyin. Tencerenin üzerine yağlı kağıt yayıp kapağını kapatın. 35-40 dakika pişirin. Dereotuyla süsleyin.
