



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI ENGİRAR

6 adet enginar
1 adet havuç
2 adet patates
1 ay bardađı bezelye
15 adet arpacık sođan
5 adet kesmeşeker
1 adet limonun suyu
1 orba kaşığı un
1 ay bardağı zeytinyağı
1 su bardađı su
5-6 dal dereotu
Tuz

Havuç ve patatesi doğrayın. Arpacık soğanları temizleyin. Enginarları sapları yukarı gelecek şekilde tencereye koyun. Üzerine havuç, patates, bezelye, soğan, kesmeşeker, limon suyu, un, zeytinyağı ve tuzu ilave edin. Enginarlar yumuşayana kadar pişirin. Kıyılmış dereotuyla süsleyerek servis yapın.
