



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ZEYTİNYAĞLI ENGİNAR

5 adet enginar
1 adet havuç
1 patates
1 kuru soğan
Yarım su bardağı bezelye

Temizlenmiş olarak aldığınız enginarları yıkayın. Bezelyeyi haşlayın. Patates, havuç, soğanı minik minik küp şeklinde doğrayın. Haşlanmış bezelyeleride ekleyerek tuz atarak karıştırın. Enginarları yayvan tencereye dizin. Hazırlamış olduğunuz karışımı bezelyelerin çukur kısmına yerleştirin. Enginarların yarısını geçecek kadar su ekleyin. Kısık ateşte tıkr tıkr pişirin. Pişmesine yakın, 1 tatlı kaşığı limon suyu ve yarım tatlı kaşığı şeker, 3 yemek kaşığı zeytinyağı ilave edin. Dereotuyla süsleyerek servis edin.
