



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI ENGINAR

Arpacık soğan (10 tek)
Havuç (2-3 adet)
Su (3-4 su bardağı)
Patates (2-3 adet)
Bezelye (Yarım çay bardağı)
Enginar (5 tane)
Terbiyesi için:
Un (Yarım su bardağı)
Limon suyu (1 adet)
Yumurta sarısı (2 adet)

Tencereye zeytinyağını koyun. Yağ kızdıktan sonra arpacık soğanları bütün olarak atın ve normal ateşte kavurun.

Küp küp doğradığınız havuçları tencereye ekleyerek 1-2 dakika kızartın. Havuçlar piştikten sonra patatesleri koyun. Üzerine 3 bardak sıcak suyu dökün ve karıştırmaya devam edin.

Malzemeler bir taşım kaynadıktan sonra bütün enginarları tencereye koyun. Ardından yarım çay bardağı bezelyeyi ekleyin. Bir tatlı kaşığı tuz ve bir tatlı kaşığı şekeri de ilave ederek karıştırın.

Terbiye için: Bu sırada ayrı bir tavada yarım su bardağı un, bir bütün limon suyu ve iki adet yumurta sarısını birlikte çirpin. Bir bardak soğuk suyu ilave ederek karıştırmaya devam edin.

Böylece oluşturduğunuz terbiyeyi tencerenin içine bir süzgeçten geçirerek dökün ve enginarların pişme durumuna göre (yaklaşık 30 dakika) ağır ateşte bırakın.

Pişen enginarların soğumasını bekledikten sonra servis tabaklarına alıp yanında taze yeşilliklerle (dereotu vb.) süsleyerek ve tenceredeki sostan da üzerine dilediğiniz bir miktar ekleyerek servis yapın.

Not: Enginarları seçerken çok büyük, kart ve kılçıklı olmamasına dikkat edin ve soyduktan sonra tuz ve limonlu suda bir süre bekletilmesin. Servis yapmadan önce de soğumasını bekleyin.