



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI ENGİRAR YAPRAĞI

4 adet yapraklı enginar
1/2 çay bardağı zeytinyağı
2 adet limon
1 su bardağı bezelye
5 su bardağı su
1 adet küçük boy soğan
1 ay kaşığı tozşeker
Tuz

Enginar, dilimlenmiş limon, bezelye ve suyu bir tencereye koyup enginar yumuşayana kadar pişirin ve süzün. Enginarların yapraklarını koparıp temizledikten sonra irice doğrayın. Kıyılmış soğanı zeytinyağında kavurun. Toz şeker, haşlanmış bezelye, doğranmış enginar ve tuzu ilave ederek 2-3 dakika daha kavurun. Enginar yapraklarının üzerine enginarlı karışımı koyun.