



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI KONSERVE ENGİNAR

- 1 Kutu konserve Enginar
- 1 Limon
- 2 Havuç
- Yarım bardak zeytinyağı
- 1 Kereviz
- 1 Kaşık un
- 15 Arpacık soğanı
- Dereotu
- Tuz
- 3 Patates
- 3 Bardak su

Enginar; pişmiş, limonlanmış, hazır olarak konserve edilmiştir. Kutu açılır, enginarlar parçalanmadan çıkarılır. Bıçakla etrafı gayet ince alınır, içi de bir kaşıkla hafif alınır, limonlu suya konur. Böylece temizleme tamamlanır. Sebzeler de temizlenerek kesilir, pişireceğimiz kaba yarım bardak zeytinyağı konarak sebzeler öldürülür. Su, limon, bir kaşık sulandırılmış un, tuz ilâve edilerek pişirilir. Enginar, bu harca katılır, yarım saat piştikten sonra ateşten alınır. Soğuduktan sonra tabağa çıkarılıp üzerine dereotu dökülür. Garnitür olarak kullanmak lâzımgelirse, enginar dörde bölünür. Limonlu suya çıkarılır. Bir kaptan ısıtılıp et yanına konur.

[ML® Enginar Konservesi için tıklayın](#)

[ML® Enginar Konservesi Videosu](#)