



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

ZEYTİNYAĐLI ENĐNAR



- 4 Adet enginar
- 15 - 20 Adet arpacık soğanı
- 2 Kahve fincanı zeytinyağı
- 1 Adet büyük patates
- 1 Adet havuç
- 1 Tatlı kaşığı un
- 1 Tatlı kaşığı tuz
- Yarım limonun suyu
- 1 Adet kesme Őeker
- 2 Su bardađı su
- 8 - 10 Dal dereotu

- # Havuç ve patates temizlenip tavla zarı Őeklinde doğranır.
- # Sođanlar soyulur, enginarlar soyulur, içlerindeki samanlı kısım bir kaşığ yardımıyla kazıyarak çıkartılır.
- # Enginarın kararmaması için üzerlerine limon suyu sürülür.
- # Küçük bir tencereye enginar tepe üstü dizilir.
- # zerine önce unlu su gezdirilir, sonra soyulmuŐ arpacık soğanları, dođranmıŐ havuç ve patates eklenir.
- # En son tuz ve Őeker konup, zeytinyađı gezdirilir.
- # Tencerenin kapağı kapatılır, kısık ateŐte 1,5 saat piŐirilir.
- # Sođuyunca zerine ince kıyılmıŐ dereotu serpilerek servis yapılır.

Not: Enginar mevsimi değilse, konserve enginara aynı iŐlemler yapılarak bu yemek piŐirilebilir, ancak piŐme süresini daha kısa tutmak gerekir.