

İzmir Enginarlı Bakla Pilakisi

Toplam 30 dk

Hazırlama 12 dk · Pişirme 18 dk

4 kişilik

Kolay

~210 kcal

Açılış 5/10

İzmir usulü enginarlı bakla pilakisi, taze bakla ve enginar zeytinyağı limon ve dereotuyla serin bir Ege tabağına yapılır.

Malzemeler

- 500 gr Taze bakla
- 4 adet Enginar kalbi
- 1 adet Soğan
- 0.5 çay bardağı Zeytinyağı
- 2 yemek kaşığı Limon suyu
- 0.3 demet Dereotu
- 0.5 çay kaşığı Tuz

Yapılışı

1. Enginarları limon suyunun yarısınıyla 10 dakika suda bekletin.
2. Soğan zeytinyağında 4 dakika saydamlaşana kadar çevirin.
3. Bakla, enginar ve tuzu ekleyip üzerini az geçecek su koyun.
4. Kısık ateşte 25-28 dakika sebzeler yumuşayana kadar pişirin.
5. Dereotu ve kalan limon suyuyla soğumaya bırakın.

PÜF NOKTASI

Enginar limonlu suda tutmak rengini açılır.

SERVIS ÖNERİSİ

Dereotu ve zeytinyağıyla soğuk servis edin.