



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ASMA YAPRAĞINDA ENGİRAR DOLMASI

Meryem Özten

4 adet enginar çanağı
½ limon (enginar için)
15-16 adet asma yaprağı
½ bardağı pirinç
½ çay bardağı zeytinyağı
2 adet soğan (2'si tencerenin tabanına 2'si dolma harcına)
1 yemek kaşığı dolmalık fıstık
1 yemek kaşığı kuş üzümü
1 adet kesme şeker
½ çay bardağı sıcak su
Tuz
½ demet dereotu
Maydanoz
Taze nane
Karabiber
Yenibahar
½ limon
½ çay bardağı zeytinyağı
1,5 su bardağı su
1 tane havuç

Enginarları limonla ovun ve yine limonlu suda bekletin. 2 adet ince kıyılmış soğanı zeytinyağ da kavurun. Dolmalık fıstığı ekleyip kavurmaya devam edin. Pirinci de ekleyip 1-2 dakika daha kavurduktan sonra kuş üzümü kesme şeker tuz ve sıcak suyu ekleyip suyunu çekene kadar pişirin. Ardından baharat ve yeşillikleri ekleyin. Karıştırıp tencereyi ocaktan alın ve soğumaya bırakın. Geniş bir tabağın üzerine sıcak suda haşlanmış iki tane asma yaprağını üst üste koyun üzerine enginarı oturtun. Enginarın üzerine hazırladığınız harçtan 2 yemek kaşığı koyun. Üzerine de 2 adet asma yaprağı koyup her tarafını örtecek şekilde sarın. diğ er enginarları da aynı şekilde hazırlayın. Pişireceğiniz tencerenin dibine iki adet soğanı halka halka kesip dizin. Havuçları da dilimleyin onları da dizin. Enginarları da yerleştirdikten sonra zeytinyağ, limon suyu ve suyu ekleyip kısık ateşte 40-45 dakika kadar pişirin. Ilık ya da soğuk olarak havuç ve limonla servis yapın.

