



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ENGİNAR OGRATEN

Malzemeler

4 adet enginar
1 çorba kaşığı Altın Hasat Zeytinyağı
1 adet orta boy soğan
2 diş sarımsak
1 çorba kaşığı Bizim Mutfak Un
200 gr. mantar
1,5 çay bardağı sıcak İçim Süt
1 çay bardağı çiğ krema
1 çay bardağı İçim Kaşar Peyniri
Tuz
Karabiber

Hazırlanışı

Enginarları ayıklayarak tuzlu limonlu suda yumuşayana kadar haşlayın. Daha sonra suyunu süzüp ısıya dayanıklı yağlanmış bir cam kaba dizin. Bir tencerede zeytinyağını hafif kızdırın. Küp şeklinde doğranmış soğan ve sarımsağı yağda pembeleştirin. Unu ilave edin. Devamlı karıştırarak sıcak sütü ekleyin ve 5 dakika karıştırarak pişirin. Hazırladığınız sosa, ince kesilmiş mantar, çiğ krema, tuz ve karabiber ekleyip karıştırın. Karışımı tepsiye dizdiğiniz enginarların içlerine doldurun. Üzerlerine rendelenmiş kaşar peyniri serpin. 200 derece ısıtılmış fırında peynir eriyip, üzeri kızarana kadar 25-30 dakika tutun.