ETLİ ENGİNAR

Eyüp Sevinç

1 adet küçük limonun suyu
4 yemek kaşığı zeytinyağı
1 adet orta boy soğan
Tuz
Karabiber
250 gram az yağlı dana kıyma
2 su bardağı su
8 adet ayıklanmış, soyulmuş enginar
1 adet orta boy havuç
2 yemek kaşığı konserve bezelye
2 adet küçük taze patates

Geniş bir kap içine enginarları, suyu, limon suyunu koyun, 10 dakika pişirin. Süzün, 2 kaşık yağla kısık ateşte biraz kızartın, kenara alıp bekletin. Bir kap içinde kalan yağı az kızdırın, soğanı ekleyip hafif pembeleştirin, kıymayı ilave edin, karıştırarak kavurun, tuz ve karabiberi arzunuza göre ekleyin, kısık ateşte ara sıra karıştırarak 15 dakika pişirin. kıymayı ateşten alıp havuç, bezelye ve patatesle karıştırın. Beklettiğiniz enginarları yayvan ve düz tabanlı bir tencereye yerleştirin. Enginarların yarısına kadar su ekleyin. Pişirdiğiniz kıymayı bir kaşıkla enginarların göbeklerine eşit şekilde dağıtın, ağzını kapatıp orta ateşte, enginarlar yumuşayıncaya kadar yaklaşık 15 dakika pişirin. Ateşten aldığınızda üzerine dilerseniz kıyılmış maydanoz serpip sıcak olarak servis yapın.

© lezzetler.com tarif no:120498 • adı:Etli Enginar • gönderen:yeşil göl • indirme tarihi:04.05.2024 - 20:59