



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## GALETALI ENGİNAR DOLMASI

6 Adet Soyulmuş, limonlanmış ve suda bekletilmiş Büyük Boy Enginar  
Bir Su Bardağı ince rendelenmiş Eski Kaşar veya Gravyer Peyniri (İzmir tulum veya Permesan da kullanabilirsiniz.)  
2 Su Bardağı Pakmaya Galeta Unu  
1-2 Çorba kaşığı Buğday Unu  
Bir kaç tane ince doğranmış Taze Soğan  
1-2 Çorba kaşığı ince Kiyılmış dereotu  
1-2 Çorba kaşığı taze Biberiye  
2 Çay bardağı Sızma Zeytinyağı  
Taze çekilmiş Karabiber ve Tuz  
3 Adet Yumurta  
2-3 Adet Limon

Eğer hazır almadıysanız, enginarları soyduktan sonra, ikiye kestiğiniz limonları enginarlara sürün. Tuz, un ve limon suyu eklediğiniz temiz suda iç malzemesi hazır olana kadar bekletin. böylece piştiğinde rengi koyulaşmamış olacaktır.

Bir karıştırma kabında, galeta unu, rendelenmiş peynir, 1 çay bardağı zeytinyağı, 1 Yumurta, birer tutam karabiber ve tuz ekleyin. En son taze soğanları ekleyin.ellerinizle yoğurarak karıştırın.

Enginarların ortasında bir çukur açarak, iç malzemesini yerleştirin.

Bir veya birkaç tavanın içerisinde, yan yana dizin. Tavanın ortasından ve yanlarından, enginarların üstüne değmeyecek şekilde, kalan zeytinyağını ve biberiye ekleyin.Enginarların hizasını geçmeyecek şekilde içme suyu ekleyin ve kapağı kapatın.. Yarım saat orta ateşte pişmeye bırakın. Arzuyla göre tavaya kullandığımız limonları kabuklarıyla kesip atabilir, biraz daha taze soğan koyabilirsiniz.

Kalan 2 yumurtayı bir karıştırma kasesine kırın, yarım limon suyu, biraz karabiber ve enginarların suyundan biraz ilave edip çırpın.

Tavada pişmekte olan enginarların üzerine dökün

3-4 Dakika daha pişirdikten sonra ocaktan alın.

Bir tutam taze fesleğen, maydanoz ve cherry domatesler ile sıcak servis yapmanızı öneririz.

