



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ENGİRAR DOLMASI

Malzemeler

6 adet enginar
1 adet soğan
2 orba kaşığı yağ
2 kaşık pirinç
250 gr. kıyma
2 adet limon
1 yumurta
dereotu
tuz
şeker

Yapılışı

Bir tencerede yağ, soğan, kıyma kavrulur. Sonradan pirinç atılır, hepsi birden kavrulur. Ocaktan alınır, içine maydanoz, tuz, biber atılır. Enginarlar yayvan bir tencereye dizilir hazırlanan kıymalı harç içine doldurulur. Bir limon sıkılır tencerenin ağız kapatılıp kısık ateşte pişirilir. 2 limon ve yumurta ile terbiye yapılır. dolmaların üzerine gezdirilir.