



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞANLI ENGİNAR

Bir tencerenin içine yeteri kadar su koyup içine biraz tuz katınız. Bir sulu büyük limonu da tamamen sıkınız. Körpe ve taze enginarın sert olan dış kabuklarını çıkarınız. Enginarın yalnız göbeği, ince kabukları ve çiçekleri kalsın. Ayıklanırken kabuklar karışık suya atılacağı gibi, enginarlar da temizlenince hemen o suya atıp üzerlerini yaprağı ile kapayıp hava almasına meydan vermeyiniz.

Yirmi tane kadar yumurta büyüklüğündeki enginar, böylece ayıklanıp suya atıldıktan sonra 150 gram kadar fındık iriliğindeki soğanları soyarak, hem kabuklarını, hem de içlerini aynı suya atıp üzerlerini örtünüz.

Daha sonra enginarları bir tencereye dizip, soğanları da arasına doldurunuz. Üzerine tuz ekiniz. Yirmi enginar için 4 tane iri sulu limonu iyice sıkınız. Tencereye adi su ve bunun üçte biri kadar da zeytinyağı koyup tencereyi ateşe oturtunuz. Enginarlar pişip az su ile yağ kalana dek tencereyi ağzı kapalı olarak kaynatınız.

Enginarları tabağa dizdikten sonra aralarına soğanları koyup yağlı suyunu dahi üstüne gezdirerek soğumağa bırakınız.

Not: Bu enginar beyazlıkta kaymaktan farkı olmayacağı gibi lezzeti de pek fazla olacaktır. Böylece hazırlanan soğanlı enginarın beyazlığı limonun fazlalığından ise de başka şekilde pişirilen enginarlar kabuğu ile birlikte tuz ve limonlu suda ayıklanır, sonra da sudan çıkarılıp limon suyu ve tuz ile oğulur. Çok bol suda yıkanır. Fakat limonun kabuğu ile birlikte pişirilir ise enginarların rengi limon gibi sarı olur, ama bu da başka bir lezzet verir. Eğer bu yöntemlerle enginar pişirilmeyip haşlanırsa lezzeti gider. Limonu az kullanmak, az limon sıkmakla renksiz kalmasına neden olursunuz.