



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TEREYAĞLI ENGİRAR DOLMASI

6 iri enginar
4 orba kaşığı tereyağı
2 büyük yağlı kağıt (hafifçe ıslatılıp buruşturulmuş)
Harcı:
300 gr kuzu kıyması
2 iri soğan (ince kıyılmış)
4 orba kaşığı tereyağı
1/3 su bardağı pirinç
4 orba kaşığı maydanoz (kıyılmış)
4 orba kaşığı dereotu (kıyılmış)
1 kahve kaşığı karabiber
2 yumurtanın akı
1/4 su bardağı su
Hazırlama suyu:
10 su bardağı su
2 orba kaşığı un
1 limonun suyu

Önce harcı hazırlayınız.

Orta boy bir tencerede 4 çorba kaşığı tereyağı eritiniz. Soğanı atıp 5 dakika hafifçe kavurunuz. Kıymayı, pirinci, karabiberi, maydanoz ve dereotunu da ekleyip etin rengi değişene kadar karıştırarak kavurunuz. 1/4 su bardağı suyu ekleyip pirincin suyu çekmesi için 5 dakika daha pişiriniz.

Tencereyi ateşten indirip 2 yumurta akını ekleyiniz. Yumurta akının sertleşmemesi için harcı iyice karıştırıp bir kenara bırakınız.

Enginarları hazırlamak için büyükçe bir tencereye 10 su bardağı su, 2 çorba kaşığı un ve limon suyu koyarak iyice karıştırınız.

Önce enginarların dış yapraklarını koparıp saplarını dibinden kesiniz. Kenarlarını elma soyar gibi temizleyiniz.

Madeni bir kaşığla içlerindeki tüylü kısmı da çıkardıktan sonra enginarları hazırladığınız karışımın içine atınız.

Bütün enginarlar temizlendikten sonra, tenceredeki sudan çıkarıp hazırlamış olduğunuz harçla içlerini doldurunuz, içi doldurulmuş enginarları teker teker yağlı kağıda sararak doldurulmuş tarafı üste gelecek biçimde altı düz ve geniş bir tencereye diziniz. Tencereye 4 orba kaşığı tereyağı ve tenceredeki unlu - limonlu sudan 1 su bardağı katıp tencerenin kapağını kapatarak harlı ateşe oturtunuz. 10 dakika sonra ateşin altını kısıp, unlu - limonlu sudan 1 bardak daha katarak pişirmeğe devam ediniz. Pişme süresince aralıklı olarak (suyunu çektikçe) 3 bardak daha unlu - limonlu su ekleyiniz.

Enginarlar piştikten sonra, yağlı kağıttan çıkarıp hemen servis ediniz.

Not: Tereyağlı enginar dolmasını, enginarların üstüne yarımşar domates koyarak pilavla servis edebilirsiniz.