ZEYTİNYAĞLI ENGİNAR DOLMASI

3 adet enginar
250 gr kabuklu iç bakla (kabukları ayıklanmış ve küçük parçalara doğranmış - iç malzemesi için)
1/4 limonun suyu
1/4 çorba kaşığı toz şeker
1 büyük yağlı kâğıt
2 orta soğan (küçük küçük doğranmış - iç malzemesi için)
kahve fincanı pirinç (iç malzemesi için)
1/4 bardak zeytinyağı (iç malzemesi için)
1 kahve fincanı su (iç malzemesi için)
1 demet dereotu (iç malzemesi için)
Bir miktar tuz (iç malzemesi için)
5 bardak su (enginarın ayıklandığı su)
1 çorba kaşığı un (enginarın ayıklandığı su)
Yarım limonun suyu (enginarın ayıklandığı su)
2/5 bardak limonlu ve unlu su (enginarların bekletildiği)

1. Bir tencereye; zeytinyağı, soğan ve yarım tatlı kaşığı tuz koyarak soğanları sarartmadan 5 dakika kavurun. Sonra bu soğanlara, 250 g bakla içi ile pirinci ilave ederek, 5 dakika daha kavurun. 1 kahve fincanı su katarak, pirinç suyunu çekene kadar orta kuvvetteki ateşte 5 dakika daha pişirin. Bu içe; küçük doğranmış 1 demet dereotu ilave edip kabı ateşten alın ve bir tarafa ayırın.
2. Büyükçe bir tencereye; 5 bardak su, 1 silme çorba kaşığı un ile yarım adet büyükçe limonun suyunu koyarak iyice karıştırın, Bu un ve limonlu suya, ayıklanmış 3 enginarı koyun.
3. Enginarları teker teker sudan çıkararak, içlerini doldurun; yağlı kâğıdına sıkıca sarın, sonra kâğıda sarılan her enginarın doldurulmuş tarafları üste getirilmiş olarak yayvanca bir tencereye yan yana döşeyin.
4. Tencereye döşenmiş bu enginarlara, 1/4 bardak zeytinyağı, çeyrek adet limonun suyu, çeyrek çorba kaşığı toz şekerle iki ya da üç defa olmak üzere enginarları içine ayıkladığımız un ve limonlu sudan 2,5 bardak katarak, tencerenin kapağını kapatın ve enginarlar yumuşak bir hal alıncaya kadar önce kuvvetlice, sonra da orta kuvvetteki ateşte olmak üzere yaklaşık bir buçuk saat pişirin; ateşten alarak iyice soğuduktan sonra, kâğıtlarını çıkarın ve servis yapın. (Tencereye önce suyun yarısını ve her çektikçe de çeken miktar kadar su katmak suretiyle enginarları pişirmelidir; bütün suyu katılmak suretiyle pişirilen enginarların içlerindeki pirinçler su fazlalığından dağılırlar.)

ML® İzmir Usulü Enginar Dolması için tıklayın

© lezzetler.com tarif no:45186 • adı:Zeytinyağlı Enginar Dolması • gönderen:Yemek Tarifleri • indirme tarihi:20.04.2024 - 05:16