



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ENCHİLİDA

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

Tortilla için:

8 adet mısır veya un tortilla (hazır olarak da kullanılabilir)

Enchilada sosu için:

2 yemek kaşığı zeytinyağı

1 yemek kaşığı un

2 yemek kaşığı acı biber salçası veya domates salçası

2 su bardağı tavuk veya sebze suyu

1 tatlı kaşığı kimyon

1 tatlı kaşığı kırmızı toz biber

Tuz ve karabiber

İç harcı için:

2 yemek kaşığı zeytinyağı

2 su bardağı rendelenmiş tavuk göğsü (veya kıyma)

1 büyük soğan, ince doğranmış

1 diş sarımsak, ezilmiş

1 su bardağı haşlanmış veya konserve mısır

1 su bardağı haşlanmış siyah fasulye (isteğe bağlı)

1 tatlı kaşığı kimyon, tuz ve karabiber

1 su bardağı rendelenmiş kaşar veya cheddar peyniri

Derin bir tavaya 2 yemek kaşığı zeytinyağı ekleyin ve üzerine 1 yemek kaşığı un ilave ederek sürekli karıştırarak kavurun.

Un hafif kahverengi bir renk alana kadar kavurmaya devam edin.

Üzerine 2 yemek kaşığı salça ekleyin ve birkaç dakika daha karıştırarak kavurun.

Ardından tavuk veya sebze suyunu yavaş yavaş ekleyip karıştırarak kıvam almasını sağlayın.

Son olarak kimyon, kırmızı biber, tuz ve karabiberi ekleyerek tatlandırın ve sosu kısık ateşte 5-10 dakika kaynatın.

Sos hazır olduğunda, kenarda bekletin.

Tavaya 2 yemek kaşığı zeytinyağı ekleyin ve soğanları yumuşayana kadar soteleyin.

Üzerine ezilmiş sarımsağı ekleyerek 1-2 dakika daha kavurun.

Tavuk göğsü, haşlanmış mısır ve siyah fasulyeyi ekleyerek karıştırın.

Tuz, karabiber ve kimyonla tatlandırarak tüm malzemeler iyice karışana kadar pişirin.

Tavuklar tamamen piştikten sonra iç harcı ocaktan alın ve biraz soğuması için kenara bırakın.

Fırını 180 dereceye önceden ısıtın.

Her bir tortillanın ortasına hazırladığınız tavuklu iç harçtan bir miktar yerleştirin ve üzerine rendelenmiş peynir serpin.

Tortillaları dikkatlice sararak sıkı rulolar oluşturun ve fırın kabına yerleştirin.

Tüm tortillaları bu şekilde hazırlayıp yan yana dizin.

Hazırladığınız enchilada sosunu, fırın kabındaki tortillaların üzerine eşit bir şekilde dökün.

Sosun üzerine son olarak rendelenmiş peynir serpiştirerek fırına vermeye hazırlayın.

Fırını önceden ısıttıktan sonra, enchiladaları yaklaşık 20-25 dakika boyunca pişirin.

Peynirlerin tamamen eriyip hafif kızardığını gördüğünüzde yemeğiniz hazır demektir. Fırından çıkan enchiladalarınızı birkaç dakika dinlenmeye bırakın.



© lezzetler.com tarif no:180734 • adi:Enchilida • gönderen:dolu • indirme tarihi:07.04.2025 - 12:11