



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ENGİNAR DOLMASI

4 adet hazır enginar göbeği
4 su bardağı sıvıyağ
1/2 tatlı kaşığı tuz
1/2 tatlı kaşığı şeker
1 adet limonun suyu
2,5 bardak su
Harcı için:
3/5 su bardağı pirinç
3/5 su bardağı sıvıyağ
20 gram dolmalık fıstık
500 gram soğan
Tuz
1/2 tatlı kaşığı şeker
1/2 tatlı kaşığı yenibahar
20 gram kuşüzümü
1/3 bağ dereotu
1/3 bağ nane
1/3 bağ maydanoz

Ön hazırlık olarak pirinci ıslatın. Yıkayıp süzdürün, soğanı doğrayın. Kuşüzümünü ayıklayıp, ılık suya koyun. Dereotu, nane ve maydanozu ince kıyın. Bir tencerede yağı orta ateşte kızdırın. Fıstığıyağda sık sık karıştırarak renk alıncaya kadar kızartın. Soğanı ilave edin. Yine sık sık karıştırarak iyice öldürün. Pirinci katıp, 5 dakika kavurun. Tuz, şeker, yenibahar ve kuşüzümünü ekleyip karıştırın. Üzerini örtecek kadar sıcak su ilave edin. Bir taşım kaynatın. Tencerenin kapağını örtün. Ağır ateşte 15 dakika pişirin. Tenceredeki malzemeyi bir tepsiye boşaltın. Dereotu, nane ve maydanozunu ilave edip, karıştırın.

Harcı enginar göbeklerinin içine doldurun. Derince bir tepsiye dizin. Yağ, su, tuz şeker ve limon suyunu ilave edin. Üzerini yağlı kâğıtla örtün, kapağını kapatın. Orta ateşte 15-20 dakika enginarlar yumuşayınca kadar pişirin. Soğuyunca dolmaları bir servis kabına aktarın, servis yapın.



© lezzetler.com tarif no:107572 • adı:Enginar Dolması • gönderen:yalvaç • indirme tarihi:01.04.2025 - 19:35