



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ENGİNAR KEBABI (BURSA)

Bursa Turizm Platformu

500 gr dana bonfile  
4 - 5 adet enginar  
10 - 12 adet arpacık soğan  
350 ml pancar suyu  
200 gr tereyağı  
3 diş sarımsak  
Tane karabiber  
Kekik  
1 çorba kaşığı zeytinyağı  
1 tutam adaçayı

Bonfileyi iri küpler halinde doğrayın. Marine etmek için taze kekiğe, ince kıyılmış sarımsakları ve zeytinyağı ile birlikte karıştırın.

Kapağını kapatıp buzdolabına aktarın. 3-4 saat marine edin.

Kabuklarını soyduğunuz arpacık soğanlarını pancar suyunda 15 dakika haşlayın.

Süzün. Temizlenmiş enginarları kaynar suda 10 dakika haşlayın. Etləri ızgarada pişirin.

Geniş bir tavaya enginarları ve tereyağı ile birlikte aktarın.

Sote etmeye başlayın. En son arpacık soğanları ilave edin. Birkaç dakika daha kavurduktan sonra ocaktan alın.

Sıcak servis yapın.

