



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ENGİNAR OGRATEN

<https://www.kristalyaglari.com>

4 adet orta boy enginar
1 ay bardağı Kristal Zeytinyağı
2 adet orta boy soğan
250 g yağsız kıyma
2 adet orta boy domates
2 su bardağı su
2 ay kaşığı un
Tuz
Karabiber
2 adet limon
Ograten için:
1 su bardağı kaynar süt
1 su bardağı soğuk süt
2 yemek kaşığı un
250 g kaşar peyniri
2 adet yumurta
Dereotu
1 ay bardağı Kristal Zeytinyağı

Tencerenin içine 1 adet limonun suyu sıkılır, tuz ve bol su ilave edilerek kaynatılır. Kaynayan suya temizlenmiş enginarlar atılarak haşlanır. Ayrı bir yerde soğanlar ince ince doğranır ve zeytinyağı ile kavrulurken içine kıyma eklenir, içine domates, su, tuz ve karabiber eklenerek pişirilir. Ayrı bir tencerenin içinde zeytinyağı ve un konarak kavrulur, içine yavaş yavaş süt ilave edilir, tuz eklenerek koyulaşana kadar pişirilir. Soğuyunca kaşar peyniri ve 2 yumurta sarısıyla karıştırılır. Enginarlar sudan çıkartılır, yağlanmış tepsiye dizilir. Üzerine kıymalı harç, onun üzerine de kaşarlı harç koyulur. Kıymalı harcın suyu da tepsiye ilave edilerek fırında kaşarlar kızarana kadar yüksek ısıda pişirilir.

