ENGİNAR YAHNİ

4 adet enginar
150 gr. kuşbaşı dana eti
3 adet havuç
2 baş soğan
2 diş sarımsak
1 tablet et suyu
1 adet limon
1 çorba kaşığı zeytinyağı
1/2 demet dereotu
Yeterince tuz, biber

YAPILIŞI:
Enginarların saplarını kesiniz. Sert ve kararmış taç yapraklarını koparıp atınız. Geri kalan körpe taç yapraklarının üçte birini ucundan kesiniz. Enginarın büyüklüğüne göre boylamasına 4-5 parçaya keserek ayırınız. Bir kaşıkla göbeğindeki tüylü kısımları kazıyarak çıkarınız. Yıkayıp hemen limonla kararmaması için ovunuz. Kaynar tuzlu suda 5 dakika süreyle haşlayınız. Haşlanan enginarların suyunu süzerek sudan çıkarınız. Bu ara havuçları kazıyıp yıkayınız. İnce uzun çubuk şeklinde keserek doğrayınız. Soğanları soyup, yemeklik doğrayınız. Bir tencerede zeytinyağını kızdırıp içinde soğanları pembeleşene kadar kavurunuz. Kuşbaşı eti içine atıp karıştırarak suyunu salıp çekene kadar pişiriniz. Etler yumuşayınca havuçları ilave ediniz. Bir iki karıştırdıktan sonra enginarları tencereye yerleştiriniz. Bir bardak sıcak suda erittiğiniz et suyu tabletini, enginarların üzerine dökünüz. Tencerenin kapağını kapatıp 40 dakika kadar hafif ateşte pişiriniz. Arada suyunu kontrol ediniz. Çektiyse biraz ekleyiniz. Çok sulu olmamasına dikkat ediniz. Pişmenin sonuna doğru tuzunu, biberini kontrol ediniz. Eksikse tamamlayınız. (Et suyu tabletleri tuzlu olduğundan kontrol etmeden tuz koymayınız.) Enginarlar iyice yumuşayınca tencerenin kapağını açarak bir süre daha suyunu çektirmek için açık pişiriniz.

© lezzetler.com tarif no:44107 • adı:Enginar Yahni • gönderen:can can • indirme tarihi:26.04.2024 - 16:26