ENGİNARLI KAPAMA

Malzeme:
1 adet kuzu budu
1 adet marul
4 adet enginar
300 gr sultani bezelye
1 çorba kaşığı AltınHasat Riviera Zeytinyağı
1 demet dereotu
8-10 adet taze soğan
1 adet orta boy soğan

Kuzu budunu parçalara ayırın. Bir tencerede yağı hafif kızdırın. Et parçalarını kağıt havlu ile kuruladıktan sonra harlı ateşte suyunu salıp tekrar çekinceye kadar karıştırarak kavurun. Bütün olarak soğanı ilave edin ve etlerin üzerini kaplayacak kadar sıcak su ekleyip 20- 25 dakika orta hararette pişirin. Diğer yanda bezelyeleri yıkayıp kenarlarını alın. Taze soğanları ayıklayıp, yeşil kısımları ile birlikte 6-7 cm boyunda kesin. Marulu yıkayıp, ellinizle irice parçalayın. Dereotunu yıkayıp birkaç sapını servis için saklayıp geri kalanını ince doğrayın. Etlerin piştiği tencereden soğanı alıp bezelyeleri ilave edin. 10 dakika pişirdikten sonra taze soğan, marul, dereotu, tuz ve karabiberi ekleyip karıştırın. Enginarları kapak gibi bu malzemenin üzerine kapatın ve kısık ateşte enginarlar yumuşayana kadar pişirin. Yemeğin suyunu ziyan etmemek için enginarları zedelemeden çukur bir servis tabağına alın ve kalan malzemeyi üzerlerine ve kenarlarına yerleştirin.

© lezzetler.com tarif no:48081 • adı:Enginarlı Kapama • gönderen:Yemek Tarifleri • indirme tarihi:30.04.2024 - 15:22