



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ENGİNARLI KUZU BUĞULAMASI (DÜDÜKLÜ)

1000 gram süt kuzusu eti
100 gram tereyağı, ya da margarin (5 çorba kaşığı)
150 gram arpacık soğanı (15 adet)
6 orta boy enginar
1 bardak enginarın ayıklandığı su
1/2 adet limonun suyu
1/2 demet dereotu
Tuz
AYIKLANDIKLARI UNLU SU:
8 bardak su
1 kahve fincanı un
1/2 büyük limonun suyu

1 Dödüklüden başka herhangi bir tencereye; 8 bardak su, 1 kahve fincanı un ile yarım büyük limonun suyunu koyarak iyice bir karıştırmalı, sonra bu un ve limonlu suya; körpe ise yaprakları teker teker koparılmak, alt tarafı Orta kısmından kesilmek ve içinin tüylü kısmı alınmalı, kart ise üst ve yaprakları, elma soyar gibi soyulmak ve içini tas gibi bir hal alınca kadar tüyleri kaşıkla çıkarılmak suretiyle, yaprak ve içleri ayıklanmış ve ortalarından ikiye bölünmüş 6 orta boy enginar koymalıdır.

2 Enginarların ayıklanmaları sona erince, dödüklü tencereye 5 silme çorba kaşığı sadeyağ, ya da margarin, kemikli olarak yumurta büyüklüğünde parçalara doğranmış 900 gram kol ya da kürek tarafından süt kuzusu, soyulmuş 15 adet arpacık soğanı, bir çeyrek limonun suyu, yarım çorba kaşığı tuz, 1 bardak enginarların içine ayıklanmış olduğumuz un ve limonlu su ile suyun içindeki enginarları da süzölmüş ve ortalarından ikiye kesilmiş olarak koyarak, dödüklü tencerenin kapağını kapatmalıdır.

3 Sonra tencereyi, çok kuvvetli ateşe oturarak, üstündeki dödük yukarıya doğru yükselip de bol buhar ve ısıklık gibi sesler çıkarmaya başladıktan sonra hesap edilmek üzere eti yarıya kadar azaltılmış ateşte 45 dakika pişirmeli ve ateşten alarak buharını boşalttıktan sonra kapağını açarak kıyılmış yarım demet dereotu katmalı ve servis yapmalıdır.