



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ BAKLALI ENGİNAR

MALZEMELER

1/2 kg. taze iç bakla
4 adet enginar
400 gr. parça kuzu eti
1/2 limonun suyu
1 çorba kaşığı un
1 adet orta boy soğan
6-7 adet taze soğan
1/2 demet dereotu
3 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz, Karabiber

YAPILIŞ TARİFİ

Baklayı yıkadıktan sonra, kararmaması için limon ve un karıştırılmış suyun içinde bekletin.

Zeytinyağını hafifçe kızdırdıktan sonra küp şeklinde doğranmış soğanı ilave edip, pembeleştirin. Yıkamış kuzu etini ve 1/2 çay bardağı sıcak suyu ekleyin. Et suyunu çekip yumuşayana kadar pişirin. Baklayı, küçük doğranmış taze soğan, kıyılmış dereotu, tuz, karabiber ve şekeri ekleyip karıştırın.

Çanak şeklindeki enginarları tencereye dizin. Üzerlerine etli baklayı koyun. 1,5 su bardağı sıcak su ekleyip tencerenin üzerini alüminyum folyo ile kaplayın, kapağını kapatın.

Etlı baklalı enginarı önce harlı, sonra kısık ateşte 20-25 dakika pişirin. Sıcak olarak servis yapın.



Fotoğraf "Yüksel Gürbüz" tarafından gönderildi. 03.06.2015