



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

OTLU ENGİÑAR DOLMASI

Millî Eğitim Bakanlığı

4 adet çanak enginar
1 ay bardağı sızma zeytinyağı
1 orta boy kuru sođan, 6 adet taze sođan
1 diş sarımsak (ya da 1 adet taze sarımsak)
1 adet taze sođan yaprađı
1 su bardađı pirinç
2 su bardađı su
2 ay kaşığı toz şeker
½ demet ekři ot
Tuz
Taze nane
Taze dereotu (süslemek için)
½ limon

Ayıklanan enginar çanakları düdüklü tencerede limonlu su ile 15 dakika pişirilir.
Sarımsak ve kuru soğan zeytinyağında iyice kavrulur.
Pirinç ayıklanıp yıkanıp süzüldükten sonra, soğanlara eklenerek bir süre daha kavrulur.
Taze sođanlar, ekři ot ve taze nane ilave edilir.
Kavrulmuş malzemeler karıştırıldıktan sonra haşlanmış enginarların üzerine boşaltılır.
Üzerine tuz, şeker ve sıcak su ilave edilir (Enginarların bozulmaması için su yavaşça boşaltılır.).
Orta ateşte kaynadıktan sonra altı kısılarak 15 dakika pişirilir.
Sođuduktan sonra servis tabağına alınır.
Üzerine kıyılmış dereotu konularak servis yapılır.

