



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SADEYAĞLI ENGİNAR

6 büyükçe enginar
140 gram sadeyağı, ya da margarin (7 çorba kaşığı)
100 gram soğan (1 büyük)
200 gram kuzu eti
5 bardak enginarların ayıklandığı un ve limonlu su
1/4 limon
Tuz

ENGİNARIN AYIKLANDIĞI SU:

10 bardak su
2 çorba kaşığı un
1 limonun suyu

1 Bir kuşaneye; küçük kesilmiş 1 büyükçe soğan, 7 silme çorba kaşığı sadeyağ, ya da margarin ve kuşbaşı kesilmiş 200 gram kuzu eti ile 1 tatlı kaşığı da tuz koyarak, tencerenin kapağını kapatmalı ve soğanlar hafifçe ölünceye kadar aşağı yukarı 20 dakika ikide bir karıştırmak suretiyle pişirmeli ve tencereyi ateşten alarak bırakmalıdır. (Soğan ve etler yanarak tencerenin dibi tutmamasına önemle dikkat etmelidir, aksi halde enginarların renklerinin bozulmasına neden olunur.)

2 Diğer taraftan, büyükçe bir tencereye, 10 bardak su, 2 silme çorba kaşığı un ile, 1 adet büyükçe limonun suyunu koyarak iyice karıştırmak, sonra bu un ve limonlu suya, körpe ise yaprakları teker teker koparılacak, alt tarafı orta kısmından kesilmek ve içinin tüylü kısmı da hafifçe alınmak suretiyle, kart ise üst ve yanları elma soyar gibi soyulmak suretiyle yaprak ve içleri ayıklanmış 6 büyükçe baş enginarı koymalıdır. (Her enginar ayıklanır ayıklanmaz, derhal limon ve un karışımı olan suya atılmalıdır, aksi halde siyahlaşırlar).

3 Enginarların ayıklanması sona erince, pişirerek bir tarafa bırakmış olduğumuz kuşbaşı etleri kuşanenin tam ortasına toplu bir şekilde yaymalı, sonra da, limon ve unlu sudaki enginarları teker teker çıkararak kuşanedeki etlerin etrafına düzgün bir şekilde döşemeli, (Enginarların iç taraflarını yukarıya getirmek suretiyle kuşaneye döşemelidir); enginarların üstlerine de, 2 tatlı kaşığı tuz, bir çeyrek limonun suyu ile 5 bardak da enginarların içine ayıklandığı un ve limonlu sudan katmalı ve üstüne de ısıtılmış ve buruşturulmuş bir yağ kâğıdı örttükten sonra tencerenin kapağını kapatmalıdır. (Enginarlar çok kart ise, tencerenin etrafım bir buçuk bardak un ve üç çeyrek kahve fincanı sudan yapılmış hamurla kapatmak suretiyle enginarları pişirmelidir).

4 Sonra tencereyi ateşe oturtarak, enginarlar oldukça suyunu çekip de yumuşak bir hal alıncaya kadar, önce kuvvetlice, sonra da orta ateşte olmak üzere aşağı yukarı bir buçuk saat pişirmeli ve ateşten alarak üstüne bir tabak kapatmalı ve altüst etmek suretiyle enginarları tabağa almalı ve servis yapılmalıdır.