ZEYTİNYAĞLI ENGİNAR DOLMASI

MALZEMESİ:
6 büyük enginar
1 1/4 bardak zeytinyağı
5 bardak enginarların ayıklandığı limonlu ve unlu su
1/2 limonun suyu
1/2 çorba kaşığı toz şeker
2 büyük yağ kâğıdı
ENGİNARLARIN DOLDURULDUĞU İÇ:
500 gr. kabuklu iç bakla
250 gr. soğan
1 tatlı kaşığı tuz
1/2 bardak zeytinyağı
1/2 kahve fincanı su.
ENGİNARLARIN İÇİNE AYIKLANDIĞI SU
10 bardak su
2 çorba kaşığı un
1 limon

YAPILIŞI:
İÇ: Bir kaba zeytinyağı, küçük küçük doğranmış soğanları, tuzu, içlerinin ince kabukları soyulmuş ve küçük küçük kıyılmış bakla içi ile pirinci koyarak 5 dakika kavurun. Sonra bunlara su katarak 5 dakika daha pişirin. Ayrıca buna dereotu da ilâve ederek, kabı ateşten indirip bir tarafa bırakın.

ENGİNARLARIN KONACAĞI SU: Büyük bir tencereye su koyun, un ilâve edin ve büyük bir limonun suyunu da sıkarak iyice karıştırın. Sonra bu suya, enginarların yaprakları koparıp hemen atın. Daha sonra bir tarafa bıraktığınız içle enginarları teker teker doldurun ve her enginarı hafifçe ısıtılmış yağlı kâğıda sararak doldurulmuş kısımları üste gelecek şekilde bir tencereye yan yana döşeyin. Bu enginarlara zeytinyağı, 1/2 limonun suyu, toz şeker, enginarların içine ayıklandığı un ve limonlu sudan 5 bardak ilâve ederek kapağını kapatın. Orta ısıdaki ateş üzerinde bir buçuk saat pişirin. Sonra ateşten indirerek iyice soğutun. İtina ile kâğıdı çıkarıp sapları yukarda olarak tabağa yerleştirin ve servis yapın.

© lezzetler.com tarif no:8742 • adı:Zeytinyağlı Baklalı Enginar Dolması • gönderen:Anten • indirme tarihi:29.05.2024 - 22:44