



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI ENGİRAR DOLMASI

Almanya Türk Toplumu

Enginar
Taze soğan
Maydanoz
Nane
Dereotu
Pirinç
Limon

Bütün enginarın içini oyuyoruz. Ortasındaki dikenli kısım tamamen çıktıktan sonra, hazırladığımız içi (Sç: Pirinç, küçük doğranmış taze soğan, maydanoz, dereotu, nane karışımından yapılır) dolduruyoruz. Limonlu suda bekletilen enginarların içine doldurulup, tencereye yerleştirilir. Üzerine zeytinyağı ilave edilip pişmege bırakılır. Çok harlı olmayan ateste 40 dakika pisirilir.

