



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ZEYTİNYAĞLI ENGİRAR DOLMASI

### Malzemeler:

6 küçük boy ayıklanmış enginar  
1 çay bardağı sızma zeytinyağı  
1 adet piyazlık doğranmış kuru soğan  
2 su bardağı yıkanmış pirinç  
Yarım demet maydanoz  
Yarım demet nane  
1 yemek kaşığı toz şeker  
50 gram dolmalık fıstık  
20 gram ayıklanıp yıkanmış kuşüzümü  
Tuz  
Tarçın

### Hazırlanışı:

Bir tencereye zeytinyağı koyarak dolmalık fıstıkları atıp hafif pembeleştirin. Doğradığınız soğanları ekleyip, kısık ateşte 5 dakika şeffaflaşmaya dek karıştırın. Su da beklemiş süzölmüş pirinci ekleyerek kavurmaya devam edin. Şekeri, tuzu, tarçını, kuşüzümünü ekleyin. 1 bardak kaynar su ilave edin. Kısık ateşte tencerede su kalmayınca kadar kapağı kapalı olarak pişirin. Arada sırada kapağı kaldırarak tencere dibindeki suyu kontrol edin. Su çekince ateşten alıp demlendirin. Demlenmiş harcın içine kıyılmış maydanoz ve naneyi ilave ederek karıştırın. Daha önceden ayıklanarak temizlenmiş enginarın içine bu harçtan doldurarak üstünü asma yaprağı ile sarın. Sarılmış enginarları yağlı kağıda ikişerli sararak bir tepsiye dizin. Tepsie su tuz şeker, limon ve zeytinyağı ilave ederek önceden ısıtılmış ve 180 dereceye ayarlanmış fırında yarım saat kadar pişirin. Enginarların piştiğini bir çatal yardımıyla kontrol edin, pişen enginarları fırından çıkarıp soğumaya bırakın. Yağlı kağıttan çıkararak limon dilimleri ile soğuk olarak servis yapın.