ZEYTİNYAĞLI İÇ BAKLALI ENGİNAR

Tuğrul Şavkay

5 adet enginar (fazla yaprakları kesilmiş)
1 adet limon
250 gr. iç bakla
500 ml. et suyu (2 su bardağı)
150 ml. zeytinyağı (2/3 su bardağı)
200 gr. soğan (ince kıyılmış), (2 orta boy)
Tuz
Taze çekilmiş karabiber
1 çay kaşığı tozşeker
1 bağ dereotu dalları

Enginarın sapını köke yakın yerinden kesin. Bir bıçakla keserek yapraklannı temizleyin. Çanağın iç bölümündeki tüyleri kaşıkla sıyırarak alın. Enginarı limonlayıp, limonlu suyun içine bırakın. Kestiğiniz sapını soyup, körpe olan ortasını çıkarın ve pırasa gibi halka halka doğrayın. Enginarları kaynar suya atıp, bir taşım kaynatarak biraz haşlayın. Sudan çıkarıp, süzülmeye bırakın.
İç baklalan soyarak tekrar içlerini çıkarın. Et suyunu bir taşım kaynatıp, sıcak tutun. Tavada zeytinyağını kızdırın. Yağ kızınca soğanlan içinde pembeleşinceye kadar kavurun.
Enginarları tencereye dizip iç baklaları serpiştirin. Tavadaki kavmlmuş soğanı üzerlerine boşaltın. Tuzunu, biberini ve şekerini serpin. Dereotu dallarını baklalı enginarların üzerine bırakın. Sıcak et suyunu ekleyip, tencereyi kısık ateşe oturtun. Yaklaşık 15 dakika pişirip ateşten alın.
Enginarları, tencerenin kapağını açmadan soğumaya bırakın. Soğuduktan sonra bir tabağa aktararak servis yapın.

© lezzetler.com tarif no:160128 • adı:Zeytinyağlı İç Baklalı Enginar • gönderen:gül • indirme tarihi:28.04.2024 - 03:03