Enginar oturtma

4 kişilik

Malzemeler

1,02 kg	Enginar 8 adet
43,2 g	Tereyağı 3 yemek kaşığı
609 g	Kemik suyu 3 su bardağı
168 g	Limon 2 adet
250 g	Kuzu kıyma
369 g	Domates 3 adet
330 g	Soğan 3 adet
6,1 g	Tuz 1 çay kaşığı
2,3 g	Toz kırmızı biber 1 çay kaşığı
2,3 g	Karabiber 1 çay kaşığı

Alerjen

Alerjen bilgisi henüz tamam değil.
Malzemeden hesaplanır. Mutfaktaki bulaşmayı göstermez.

Yapılışı

1. Enginarların dış yapraklarını iki sıra kalacak kadar soyun, ortalarındaki tüyleri temizleyin.
2. Enginarları limon sıkılmış tuzlu suda bekletin.
3. Soğanı ve kıymayı tereyağında kavurun, sonra domatesleri ekleyin.
4. Tuz, kırmızı biber ve karabiberi katıp ocaktan alın.
5. Enginarları sudan alıp limonla ovun.
6. Tepsiye dizip harcı içlerine doldurun.
7. Bir su bardağı kadar et suyu ekleyip kısık ateşte pişirin.
8. Su azaldıkça et suyu ekleyin ve enginarlar yumuşayana kadar pişirmeye devam edin.

Son hâli: 1 Kasım 2026
T.C. Millî Eğitim Bakanlığı, Türk Mutfağına Özgü Sebze Yemekleri (2019)
tatname.com/tr/tarif/enginar-oturtma-megep-sebze