BANAK (ULUBORLU ISPARTA)

Gazi Üniversitesi Türk Halkbilimi Araştırma ve Uygulama Merkezi

4 adet pide
2 kilo kemikli kuzu eti
2 litre su
Tuz
Karabiber

Genellikle sırt ve boyun bölgesi tercih edilen kuzu eti, derin bir tencerede kaynamakta olan suya konulur, haşlanır. içerisine tuz ve tat vermesi için soğan koyulur. Soğanlar, tencerede kaynamakta olan suyun içine, etin pişmesine yakın bir zamanda atılır. Bir süre bu şekilde kaynadıktan sonra soğanlar çıkarılır. Etler, elle ayrılabilecek kıvama geldiğinde banak hazır demektir. Diğer bir taraftan en az on iki saat bekletilen pideler küçük kareler şeklinde kesilir ve banak tabağının altına dizilir. Haşlanan et ve suyu tabaktaki pidelerin üzerine yayılır. isteğe göre maydanozlarla süslenerek servis yapılır.

Not: Uluborlu denilince akla ilk gelen yemek banaktır. Banak yemeği, yıllardan beri bölgede düğün yemeği olarak yapılmaktadır. Banak bir et yemeğidir demek yanlış olur. Banak etin yemeğidir. Uluborlu halkı et yemeye düşkündür. Yakın zamana kadar ailelerin evlerinde üç beş koyun kuzu beslemeleri adettendi. Bir evde taze et varsa o, sofraya mutlaka banak olarak getirilir. Banak esasen etin en sağlıklı yöntemle yani haşlanarak pişirilmesinden ibarettir. Uluborlu banağı, etin en sağlıklı ve kısa yoldan yemeğe dönüşüp sofraya gelmiş halidir. Banak eskiden beri Kapı Dağı?nda gezen, doğal yollarla beslenen, kekik yiyen koyun ya da kuzu etinden yapılmaktadır. Etin haşlanmasında kullanılan suyun da Kapıdağı?ndan getirilmesi yemeğe eşsiz lezzet katmaktadır. Uluborlu?da her yıl düzenlenen kiraz festivalinde banak yemeği mutlaka pişirilir ve gelen misafirlere ikram edilir.

© lezzetler.com tarif no:105757 • adı:Banak (Uluborlu Isparta) • gönderen:Göksen • indirme tarihi:25.04.2024 - 16:36