



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com)

MUTANCANA (BURSA)

600 gram kuşbaşı dana eti
1 türk kahvesi fındanı badem
2 çorba kaşığı tereyağı
15 adet arpacık soğan
2 diş sarımsak
15 adet kuru rezakı üzümü
10 adet kuru kayısı
4 adet kuru incir
1.5 su bardağı sıcak su
1 çorba kaşığı bal
Tuz
Karabiber

Bademleri kaynar suda 15 dakika bekletip kabuklarını soyun. Tereyağını tencereye koyup, bademleri rengi dönene dek kavurun ve tencereden alın. Tencereye ayıklanmış arpacık soğan ve sarımsakları koyup pembeleşene dek kavurun. Eti ekleyip, suyunu salıp çekinceye kadar kavurun. Ardından, kavrulmuş badem, üzüm, doğranmış kayısı ve inciri katın. Tuzunu ve karabiberini ayarlayın. Şöyle bir çevirip, suyunu ekleyin ve et yumuşayana dek, gerekirse su ekleyerek pişirin. Ocağı kapatıp yemeğin üzerine bal gezdirdikten sonra servis yapın.

