



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ANKARA TAVASI

1 kg kuzu kol  
1 adet soğan  
2 adet sivri biber  
2 çorba kaşığı tereyağı  
4 su bardağı pirinç  
6 su bardağı kemik suyu  
Tuz ve karabiber

Kuzu eti küçük parçalara ayrılır Pirinç tuzlu suda bekletilir, sonra yıkanır. Et tereyağında renk alana dek çevrilir. Üzerine ince kıyılmış sivri biber ve soğan katılır. Soğan solana kadar birlikte kavrulur. Tuz ve karabiber serpilir. Etler uygun büyüklükte fırın tepsisine tek sıra ve yan yana dizilir. Üzerine pirinç yerleştirilir. En son kemik suyu eklenir. Tepsinin ağzı sıkıca alüminyum folyo ile sarılır. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında yarım saat kadar pişirilir.

[ML® Trakya Tavası için tıklayın](#)