



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

## ANKARA TAVA

350 gram kuşbaşı et  
2 adet orta boy domates  
2 adet yeşil sivribiber  
1 adet kuru soğan  
1 kâse arpa şehriye  
1 çorba kaşığı domates salçası  
Sıvıyağ  
Tuz

Uygun bir tavada kuşbaşı etler yağ ile sote edilir. İçine ince ince doğranan soğanlar ilave edilir. Etle birlikte yeterince sote edildikten sonra salçası konur, suyu ilave edilir ve pişmeye bırakılır. Bu arada başka bir tencerede şehriyeler pirinç pilavı gibi kavrulur. Şehriyeler kavrulunca diğer tencerede kaynayan etlerin suyu konur. Pilav pişmeye yakın suyu alınan etler de ilave edilir. Biber ve domatesler iri şekilde doğandıktan sonra yağda sote edilir. Pişen etler servis tabağına alınır, domates ve biber eklenerek servise sunulur.

[ML@ Ankara Tava için tıklayın](#)

[ML@ Ankara Tava \(görsel\)](#)



Fotoğraf "Somuncu" tarafından gönderildi. 17.06.2021