



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ANKARA TAVA (ANKARA)

Ankara Büyükşehir Belediyesi
Belmek Yemek Kitabı

1,5 kg kemiksiz et
3 su bardağı pirinç
4 çorba kaşığı tereyağı
2 adet defne yaprağı
1 çorba kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı karabiber
6 su bardağı et suyu

Et, tuz, karabiber ve defne yaprağı ile birlikte düdüklü tencerede pişirilir. Islatılmış ve yıkanmış pirinç, tereyağında bir miktar kavrulur, sıcak et suyu ve tuz ilave edilerek, kapağı kapatılır. Kısık ateşte suyu çekinceye kadar pişirilir. Etlar, önceden yağlanmış cam fırın tepsisine dizilir. 200 derece fırında biraz kızartılır. Fırından çıkartıldıktan sonra üzerine pilav dökülerek ters çevrilir. Kızarmış biber ve domates ile servis yapılır.

