



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ANKARA TAVASI

Ankara İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

- 1 kilogram kuzu incik
- 1 çorba kaşığı sıvı yağ
- 1 su bardağı pirinç
- Yarım çay bardağı şehriye
- 1 adet soğan
- 5-6 diş sarımsak
- Et suyu
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı kimyon
- 1 çay kaşığı yenibahar
- 1 çay kaşığı tarçın
- 2 çay kaşığı tuz

Önce tencereye sıvı yağ konulur. Soğanlar küp küp doğranır ve kavrulur. Daha sonra üzerine 2 su bardağı su konulup düdüklü tencerede haşlanır. Ayrı bir tencerede kavrulan şehriyeye ıslatılan pirinç eklenir. İçerisine karabiber, kimyon, yenibahar, tarçın ve tuz eklenerek bir müddet kavrulduktan sonra alınır ve yanmaz bir fırın kabına konur. Üzerine pirinci örtecek şekilde et suyu ilave edilir. 180 derece ısıtılmış fırında 30 dakika kadar pişirilir. Bu esnada kuzu incikler yanmaz bir fırın kabında 30 dakika kadar kızartılır. Suyunu çeken pilav fırından çıkarılır ve kızarmış olan kuzu incikler üzerine konularak servis yapılır.



