



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BULDAN KAPAMASI (DENİZLİ)

1 kg dana kuşbaşı
Yarım kg arpacık soğan
3 adet patates
1 çorba kaşığı salça
1 çay bardağı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
2 su bardağı pirinç
3 su bardağı su

Kuşbaşı haşlanır. Patatesler soyulur, iri doğranır. Üzerine suyu süzölmüş, haşlanmış et, salça, zeytinyağı, karabiber, soğan, tuz eklenir ve harmanlanır. Karışım bir tase konur. Yuvarlak bir tepsinin ortasına tes çevrilir. Tepsiye su konur. Yaklaşık 40 dakika pişirilir. Sonra suyuna yıkanmış pirinç salınır, 12 dakika kadar pişirilir. Ortadaki tas alınarak etli karışımın ortada kalması sağlanır.