



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ETLİ BÜRYAN

### MALZEMELER

2 su bardağı pirinç  
400 gr kuşbaşı (kırmızı et)  
3 adet soğan  
3 adet domates  
yarım çay bardağı sıvıyağ  
tuz  
karabiber  
3,5 su bardağı su

### HAZIRLANIŞI

İlk olarak pirinç iyice yıkandıktan sonra, ılık suyla ıslatın. Diğer tarafta sıvıyağı iyice kızdırıp kuşbaşı doğranmış eti atarak harlı ateşte birkaç kez döndürerek hafif kızarmasını sağlayın. Daha sonra sırasıyla piyazlık doğranmış soğanları ve küp şeklinde doğranmış domatesleri ilave ederek etle birlikte kavurun. En son 3,5 su bardağı suyu, göz kararı tuz ve karabiberi de ekleyerek kısık ateşte pişirin. Diğer tarafta bekleyen pirincin suyunu süzüp, dikdörtgen borcama boşaltın. Et piştikten sonra tamamını (suyu ile birlikte) pirincin üzerine bir kepçe yardımı ile boşaltın. Üzerini folyo ile kaplayıp 220 derecelik fırında pirinci pişene kadar yaklaşık 20 dakika folyosunu açmayın. Piştikten sonra üzerini açıp 5-10 dakika üzerinin kızarmasını bekleyip sıcak servis yapın.