



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DANA BUĞULAMASI

1 kg süt danası pirzola veya kol tarafı
300 gr arpacık soğanı
1 demet dereotu
2 yemek kaşığı margarin
1/2 bardak su
Tuz

Eti kemikli olarak birer kişilik parçalara böldürün. Ayıklanmış soğan, kıyılmış dereotu, 1 tatlı kaşığı tuz, 2 kaşık yağ ve 1/2 bardak suyla ateşe koyun. Kapağını sıkıca kapatın. Eti 5 dakika kuvvetli, sonra kısık ateşte 45-50 dakika pişirin. Pilavla servis yapın.