



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA ANKARA TAVA (ANKARA)

Ankara İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

7 kilogram et
2 kilogram pirinç
700 gram tereyağı
1 adet domates
100 gram yeşil biber
Tuz

En az bir gün önceden kesilip dinlendirilen toklunun (Bir yıllık erkek kuzu) kol ya da kaburgasının alt çeyreğinden hazırlanan etler zarlarından temizlenerek el ayası büyüklüğünde parçalara ayrılır. Özel bakır tavanın içerisine yerleştirilen etlerin üzerini örtecek miktarda su konur. Tuzu atılarak odunla ısıtılan tava fırınına verilir. Bu sırada fırın orta hararete olmalıdır. Etin fırında kalma süresi 5 saat kadardır. Fırından çıkan etin suyuna ayıklanmış pirinç salınır, tereyağı ilâve edilir. İçine yeşil biber ve domates doğranır. Pişmesi için fırına verilir, pilavın fırında pişme süresi yaklaşık 40 dakikadır. Fırında pişen pilavın üzerine daha önce fırından çıkan etler döşenip, tekrar fırına verilerek 10 dakika daha kızartılıp servise hazır hale getirilir.

