



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA OĞLAK KAPAMA

Yarım kg oğlak eti
1 adet soğan
1 yemek kaşığı salça
1 avuç taze nane
1 tatlı kaşığı tuz
2 yemek kaşığı yağ
3 su bardağı pirinç
2 su bardağı kaynatılmış etin suyu
1 bardağı sıcak su

Soğanı yemeklik doğrayalım. Dödüklü tencereye 1 kaşık margarin koyup soğanı kavurmaya başlayalım. Biraz kavrulunca iyice yıkayıp süzdüğümüz eti ekleyelim. Et suyunu ekleyip çekene kadar kavuralım. Ardından salçayı ekleyip karıştıralım. Tencerenin yarısına gelecek kadar sıcak su ekleyelim. Kıydığımız taze naneyi ve tuzu ekleyelim. Kapağını kapatıp pişmeye bırakalım. (dödüklüde 1 saat pişirdim.) Normal tencerede pişirecekseniz etler yumuşayınca kadar pişirelim. Bir tencereye 1 kaşık margarin koyup pirinci kavuralım. Tane tane olunca altını kapatıp fırın kabımıza pirinci yayalım ve tuz serpelim. Kaynatılmış etleri, pirinçlerin üzerine dizelim. Üzerlerine 2 su bardağı kaynatılmış etin suyundan, 1 su bardağı da normal sıcak su ekleyelim. Fırında çabuk kaynaması için ocak üzerinde az kaynatalım. Kaynayınca önceden ısıttığımız 200 derece fırında suyunu çekene kadar pişirelim.

