



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KABUNE (ISPARTA)

Isparta İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 Su Bardağı Islatılmış Dolgun Pirinç  
1,5 Su Bardağı Et Suyu  
1 Adet Tatlı Kuru Soğan  
1 Su Bardağı Haşlanmış Nohut  
1 Kase Haşlanıp Didilmiş Kaburga Eti  
Tuz  
Karabiber  
2 Çorba Kaşığı Tereyağı

Tatlı soğan halka halka doğranıp karabiber ve tuz ile ovularak bakır bir kazanın altına konulur. Üzerine haşlanmış nohut ilave edilir. Nohudun üzerine önceden hazırlanan, haşlanmış didilmiş kuzu etleri döşenir. Bunun üzerine önceden ıslatılan dolgun pirinç dökülerek, üzerine et suyu ilave edilir ve yüksek ateşte 15 dakika kadar pişirilir. Suyunu çekmiş ve pişmiş olan pirinci ocaktan indirmeden önce üzerine kızartılan tereyağı dökülür. Daha sonra ocaktan indirilerek dinlendirmeye alınır. Geniş bir servis tepsisine tencere ters çevrilerek boşaltılır. Et ve nohut üste gelecek şekilde karabiber dökülerek servis yapılır.

HİKAYESİ: Yıllar önce, küçük Isparta şehrinde gelin ile kaynana gezmeye giderler, akşam saati olup eve geç kalınır ve hazırda bir yemek yoktur. Kaynana telaşlanır. "Gelin ne yapacağız?" diye sorar. Gelin de "Merak etme ana hemen hallederim" der. "Mutfakta tel dolabın içerisinde bir gün öncesinden kalan haşlanmış etli nohut yemeği vardır. Hemen soğan doğrayıp bir kazana koyar, üzerine et ve nohudu ilave eder. Pirinç ve et suyunu da ilave ettikten sonra sacayağında üzüm asmasının çirpisi ile 15 dakika pişirerek kapağı ile birlikte yemek tablası olarak kullanılan sininin üzerine bakır kazanı koyar. Akşam yemeğinde kaynana ve kaynata sulu yemek beklemektedir. Kapağı ilk açan kaynana gördüğü pirinç pilavının şaşkınlığı ile "Gı bu ne?" der ve bu pilav o günden bu güne çabuk pişmesi ve doyurucu olması nedeniyle günümüze kadar düğün, mevlit ve toplu yemeklerde verilmeye başlanır. İsmi de "Kız bu ne?" anlamına gelen "Gibune" pilavı günümüze kadar "Kabune Pilavı" olarak ismi değişerek gelmiştir.

Kabune Pilavı, Isparta da özel günlerin (düğün, mevlit, kandil geceleri vb.) vazgeçilmez ikramıdır. Merkezde bulunan lokantalarda da pişirilen Kabune, tadına bakılması gereken meşhur bir yemek türüdür. Hazımsızlık etkisi yaratmaz ve doyurucudur.



© lezzetler.com tarif no:104903 • adi:Kabune (Isparta) • gönderen:Göksen • indirme tarihi:06.04.2025 - 11:29