



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MUTANCANA

500 gram kuzu eti
50 gram arpacık soğan
10 gram iç badem
10 gram kuru kayısı
10 gram kuru incir
1 yemek kaşığı tereyağı
10 gram kuş üzümü
10 gram mürdüm eriği
1 tatlı kaşığı bal
1 su bardağı ılık su
1 çay kaşığı sumak

Kuzu etini har ateşte kavurun.

Diğer malzemeleri ise bir tencereye koyarak kaynatın.

Kuzu etini daha sonra ocaktan alın.

Suyunu boşaltım yeniden su koyup kaynatırken diğer malzemeleri içine ekleyin.

40 dakika kaynadıktan sonra ocağın altını kapatın.

Yemeğiniz servise hazır!

Not: Osmanlı mutfağında Fatih Sultan Mehmet'in gözde yemeği mutancanadır.

