



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TUHAFİYE (HATAY)

Hatay Valiliği
Antakya Mutfağı - Süheyl Budak

MALZEMELER

200 gr. koyun kuşbaşı
1 çorba kaşığı tereyağı
1 su bardağı pirinç
1/2 kg. domates
15 adet Antakya dağ elması
2 su bardağı et suyu
Karabiber
Tuz

YAPILIŞI

Etler bir tencereye alınarak sularını salıp çekince, üzerine tereyağı eklenir. Etlerin renkleri değişince, kabukları soyulmuş ve rendelenmiş domatesler eklenir. 2 dk. etlerle beraber pişirilip üzerine içleri temizlenmiş ve iki parçaya bölünmüş elmalar eklenerek 2 dk. daha pişirilir. Daha sonra üzerine et suyu eklenip kaynaması ile birlikte yıkanmış ve süzölmüş olan pirinç eklenir. Önce hızlı, sonra yavaş ateşte 5 dk. pişirilerek ateşten alınır. Tuffahiyenin pişmiş şeklinde hafif sululuk vardır. Hiçbir zaman pirinç pilavı görünümünde olmamalıdır.

Not: Günümüz İtalyan mutfağındaki Rizottonun kıvamında olmalıdır.