

Ankara İncikli Şehriye Tava

Toplam 175 dk Hazırlama 20 dk · Pişirme 95 dk 6 kişilik Zor ~640 kcal Açılış 18/10

Ankara tava, kuzu incik suyunda kavrulmuş arpa şehriyeyi domates, biber ve etle fırında birleştiren kalabalık sofraya yemeğidir.

Malzemeler

- 4 adet Kuzu incik
- 3 su bardağı Arpa şehriye
- 2 yemek kaşığı Tereyağı
- 2 adet Soğan
- 3 adet Yeşil biber
- 3 adet Domates
- 5 su bardağı Et suyu
- 1 tatlı kaşığı Tuz

Yapılışı

- Kuzu incikleri tuzlu suda 60 dakika yumuşayana kadar haşlayın.
- Tereyağında soğan ve biberleri 6 dakika kavurun.
- Arpa şehriyeyi ekleyip rengi dönene kadar 5 dakika çevirin.
- Domates, sığirt suyu ve incikleri fırında birleştirin.
- 200°C fırında 25-30 dakika şehriye suyunu çekene kadar pişirin.

PÜF NOKTASI

İncik suyunu süzüp sığirtlemek şehriyenin eşit pişmesini sağlar.

SERVIS ÖNERİSİ

Turşu, cacık ve köz biberle fırında sıcak servis.

Alerjenler

Gluten

Süt