

# Isparta Banak

Toplam 190 dk

Hazırlama 20 dk · Pişirme 90 dk

6 kişilik

Orta

~560 kcal

Açılış 9/10

Isparta banak, haşlanmış kuzu etini sığacık suyuyla 1 slatın üzerinde sunan sade ama güçlü bir yöresel ana yemektir.

## Malzemeler

### Et için

- 1.2 kg Kemikli kuzu eti
- 7 su bardağı Su
- 1.5 tatlı kaşığı Tuz
- 0.5 çay kaşığı Karabiber

### Servis için

- 3 adet Tırnağpide
- 2 yemek kaşığı Tereyağı
- 2 adet Kuru soğan
- 0.3 demet Maydanoz

## Yapılışı

- Kemikli kuzu etini su ve tuzla tencereye alın.
- Kaynadığında köpüğünü temizleyin ve eti 80 dakika kısıkte pişirin.
- Eti kemiklerinden ayrılarak parçalar halinde didikleyin.
- Tırnağpideleri iri parçalara bölüp 180°C fırında 10 dakika kurutun.
- Sığacık suyunu süzüp karabiberle tatlandırın.
- Pideleri servis tabağına alıp sığacık suyuyla 1 slatın üzerine kuzu etini yerleştirin.
- Tereyağı eritip banak üzerine gezdirin, soğan ve maydanozla servis edin.

### PÜF NOKTASI

Pideyi et suyuyla servis anında slatmadan önce sıcak suyu çekmesini sağlar.

### SERVIS ÖNERİSİ

Kuru soğan, ayran ve turşuyla sığacık servis edin.

## Alerjenler

Gluten

Süt