

Isparta Banak

Toplam 190 dk

Hazırlama 20 dk · Pişirme 90 dk

6 kişilik

Orta

~560 kcal

Açılış 10/10

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 Tırnalpide
- 2 yemek kaşığı Tereyağı
- 2 adet Kuru soğan
- 0.3 demet Maydanoz

Yapılış

- Kemikli kuzu etini su ve tuzla tencereye alın.
- Kaynadığında köpüğünü temizleyin ve eti 80 dakika kısık ateşte pişirin.
- Eti kemiklerinden ayrılmış parçalar halinde didikleyin.
- Tırnalpideleri 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 slatmak tabanına yapmadan suyu çekmesini sağlar.

SERVIS ÖNERİSİ

Kuru soğan, ayran ve turşuyla sığacık servis edin.

Alerjenler

Gluten

Süt