Aytotoro (Lefkara) tavası

4 kişilik · 1 sa

Malzemeler

150 g	Pirinç 1 su bardağı
1 kg	Kuzu kuşbaşı
200 g	Soğan 1¾ adet
200 g	Domates 1¾ adet
30 g	Domates salçası 1¾ yemek kaşığı
10 g	Toz kimyon
5 g	Karabiber ¾ yemek kaşığı
46,1 g	Ayçiçek yağı ¼ su bardağı
2 g	Tuz ¼ çay kaşığı
1,5 kg	Su 7½ su bardağı

Alerjen

Alerjen bilgisi henüz tamam değil.
Malzemeden hesaplanır. Mutfaktaki bulaşmayı göstermez.

Yapılışı

1. Fırını 180 dereceye ısıtın. Pirinci yıkayıp süzün, soğanı ve domatesi yemeklik doğrayın.
2. Güveç kabına ya da derin fırın tepsisine kuzu kuşbaşıyı, soğanı, domatesi, pirinci, tuzu, kimyonu ve karabiberi koyup karıştırın.
3. Suyu ve ayçiçek yağını karıştırıp salçayı içinde açın, kaptaki karışımın üzerine dökün ve yeniden karıştırın.
4. Kabın üzerini folyoyla kapatıp önceden ısıtılmış fırında et yumuşayana kadar yaklaşık bir saat pişirin.
   1 sa

Son hâli: 1 Kasım 2026
Adalıer, Mine, Kıbrıs Mutfağında Yerel Ürünlerde Kullanılan Malzemelerin ve Pişirme Yöntemlerinin Bölgelere Göre Analizi (2020)
tatname.com/tr/tarif/aytotoro-lefkara-tavasi-emu-adalier-2020