



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mutevazi Lezzetler® Mutluluklar Diler

URUÇ KAPAMASI



4 Su bardağı pirinç
750 gr. kuzu kuşbaşı
1,5 Su bardağı nohut
4 Adet sivri biber
2 Adet orta boy kuru soğan
2 Adet orta boy domates
Yarım paket tereyağı (125 gr.)
1 Tatlı kaşığı karabiber
2 Tatlı kaşığı tuz
6 Su bardağı su

- # Nohut bir gece önceden yıkanır, ıslatılır. Ertesi günü yumuşayana kadar haşlanır.
- # Bir tencereye kuşbaşı et, ince doğranmış kuru soğan, çekirdekleri çıkarılmış, iri doğranmış biber, kabukları soyulmuş, tavla zarı şeklinde doğranmış domates konur.
- # Et suyunu bırakıp çekene kadar kavrulur, tuz ve karabiber eklenir, karıştırılır.
- # Bu arada pirinç ayıklanır, ılık, tuzlu suda yarım saat bekletilir. Daha sonra bol soğuk suyla yıkanır.
- # Kavrulmuş et, haşlanmış nohutla karıştırılır, kapama küpüne ya da dar ağızlı küçük bir tencereye doldurulur.
- # Küp, kenarlı bir tepsiye ters çevrilir. Tepsiye 6 su bardağı su konur. Su kaynayınca tereyağı ve tuz eklenir, tereyağı eriyince pirinç katılır.
- # Uruc kapamasının pirinçli kısmı kaynar duruma gelince ateş kısık konuma ayarlanır, 10 dakika pişirildikten sonra ateşten alınır.
- # Pilav 15 dakika kadar dinlendirilir. İçinde et bulunan küp alınmadan pilav kısmı dikkatlice karıştırılır. Daha sonra küpün içindeki et boşaltılır.
- # Sıcak olarak sofraya getirilir.

Not: Uruc, Ankara'nın Beypazarı ilçesinin kapaması ile ünlü beldesidir. Yörede kapama için özel toprak küp ve tandır üretilir.