

## Herise

### Malzemeler

1 kilo kuzu eti

3 su bardagi dolusu bugday

150-200 gr kadar tereyagi

Tuz

### Yapilisi

Oncelikle buyuk bir tencere alinir. eti butun olarak tencereye koyun ve uzerine yikamis oldugumuz bugdayi koyun. Uzerini gececek kadar su ilave edin.Pismesine yakin tuzunu da ilave edin.Yaklasil 2-3 saat pisirin.Bugdaylar ezilip suyunu cekene kadar pisirin. Pisince ocaktan alin ve 2-3 saat dinlendirin.Dinlendikten sonra tenceredeki eti cikararak incecik didiklenir.

Kemiklerinden ayirdiktan sonra et tekrar tencereye atilir.Kepce yardimiyla vurur gibi calarak ozlesene kadar ezilir. ( bu islem puf noktası ). Servis tabagina alarak uzerine de tereyag dokulur.. ellerimize saglik