



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

İÇ PİLAV



1,5 Su bardađı pirinç
1 Kahve fincanı sıvıyağ
1 Kahve fincanı kuş zm
2 Çorba kaşığı çam fıstığı
Tavuk ciđeri
Tavuk taşığı
1 Çay kaşığı yenibahar
1 Tatlı kaşığı tuz
Yarım demet dereotu
1 Çay kaşığı karabiber
2,5 Su bardađı tavuk suyu

- # Pirinç yarım saat tuzlu ılık suda ıslatılır, süzülür, iyice yıkanır.
- # Bir tencereye yağ konup kızdırılır, fıstık ilave edilir.
- # Fıstık ilavesinden sonra kuş zm katılır, 1 dakika kadar kavrulduktan sonra ince kıyılmış tavuk ciğeri ve taşığı eklenir.
- # 5 dakika kadar bu malzemeler kavrulduktan sonra pirinç eklenir, bir kaç dakika daha kavrulur.
- # zerine et suyu ve baharatlar ilave edilir.
- # Konan et suyu kaynayıncaya, ocak kısık ateşe alınır. Kısık ateşte 12 dakika pişirilir.
- # Ocaktan almadan hemen önce pilava ince kıyılmış dereotu eklenir, kapağı arasına kağıt havlu konur, dinlendirilir.

Not: Bu pilav daha çok hindi dolması için hazırlanır.