



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

FISTIKLI PİLAV



2 Su bardağı piriç
1 Çay bardağı Antep fıstığı
1 Adet iri havuç
8 Çorba kaşığı sıvıyağ
1,5 Tatlı kaşığı tuz
3 Su bardağı su ya da et suyu

- # Piriç, üzerine örtecek kadar tuzlu, sıcak suya ıslatılır, yarım saat bekletilir. Bu arada Antep fıstıklarının iç kısımları kaynar sıcak suda 4 – 5 dakika bekletilir, ince kabukları çekerek çıkartılır.
- # Bir tencereye sıvıyağ konur, orta ateşte ısınca soyulmuş fıstıklar atılır, 1 – 2 dakika kavurduktan sonra rendenin kalın kenarı ile rendelenmiş havuç katılır.
- # Havuç ve fıstık birlikte havucun suyu gidene kadar kavrulur. Üzerine suda beklenmiş, yıkanmış piriç ve tuz konur. Piriç şeffaf bir görünüm alana kadar kavrulur.
- # En son 3 su bardağı soğuk et suyu ya da su ilave edilir, karıştırılır, tencerenin kapağı kapatılır.
- # Pilav önce orta ateşte 10 dakika sonra kısık ateşte 10 dakika olmak üzere 20 dakika pişirilir, ateşten alınır.
- # Hemen tencere ile kapak arasına emici bir kağıt ya da temiz bir bez örtülür, en az yarım saat dinlendirilir.
- # Servis yapılacağı zaman kase biraz ıslatılır, dinlenmiş, kırmadan karıştırılmış pilav kaseye hafif bastırarak yerleştirilir. Düz bir tabağa ters çevrilir.

Not: Dünya'da tüketilen Antep Fıstığının %80'i büyük oranda Gaziantep bölgesi olmak üzere Türkiye'de üretilir.