



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

YILDIZ PİLAVI



- 2 Su bardağı pirinç
- 1,5 Çay bardağı ayçiçek yağı
- 3 Adet havuç
- 1 Su bardağı konserve bezelye
- 3 Parça tavuk fileto
- 3 Su bardağı tavuk suyu
- 1 Tatlı kaşığı tuz

- # İlk işlem olarak tavuk haşlanır, pirinç tuzlu ılık suda 1 saat bekletilir. Bezelye ve iri rendelenmiş havuç karıştırılır.
- # Düz tabanlı tencereye yağın bir kısmı konur, yayılır. Haşlanan tavuk parçaları yatay olarak kesilir, tencerenin tabanına yıldız şeklinde dizilir.
- # Bezelye havuç karışımı tavuk etinin üzerine ve boşluklara yerleştirilir, yağın bir kısmı ve tuzun yarısı konur.
- # Üzerine ıslatılmış, bol suda yıkanmış pirinç, hafif bastırarak yerleştirilir.
- # Pirinçlere kalan sıvıyağ, tuz ve pirinçleri sıyrımadan tavuk suyu eklenir, tencerenin kapağı kapatılır.
- # Pilav önce orta ateşte 5 dakika, sonra kısık ateşte 17 dakika olmak üzere 22 dakika pişirilir. Kapakla tencere arasına emici bir kağıt konur, 1 saat dinlendirilir.
- # Süre sonunda tencere içindeki pilava kaşıkla hafifçe bastırılır. Düz servis tabağına ters çevrilir.

Not: Yıldız pilavına arzu edilirse kavrulmuş, kuru soğan eklenebilir.