



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

## ÇİN PİLAVI



- 2 Su bardağı pirinç
- 1,5 Çay bardağı zeytinyağı ya da soya yağı
- 2 Adet iri kırmızı biber
- 4 Adet iri çarliston biberi
- 6 Adet taze soğan
- 3 Adet orta boy kuru soğan
- 1 Adet iri havuç
- 250 gr. tavuk göğüs eti
- 2 Tatlı kaşığı tuz
- 1 Tatlı kaşığı karabiber
- 1 Tatlı kaşığı köri ya da kimyon
- 4 Su bardağına yakın su

# Pirinç suda bekletilmeden bol suda yıkanır, suyu süzülür.

# 1 çay bardağı zeytinyağı tencereye aktarılır, orta ateşte ısınca suyu süzölmüş pirinç eklenir. Pirinç katılaşınca kadar kavrulur, suyu verilir. Önce orta sonra kısık ateşte 20 dakika pişirilir.

# Pişen pilavın üzerine kağıt kapatılır, 30 dakika dinlendirilir, çatalla kırmadan karıştırıldıktan sonra tencere kapağı sıkıca kapatılır. Buzdolabının alt rafına konur, bir gece bekletilir.

# Ertesi günü vog tavaya ya da büyük bir tavaya yarım çay bardağı zeytinyağı konur, kızınca kuşbaşı doğranmış tavuk göğüs eti atılır.

# Tavuk eti yarım saat pişince, kibrit çöpü şeklinde doğranmış havuç ve yemeklik doğranmış kuru soğan katılır.

# Soğan pişince, beşer dakika ara ile iri doğranmış taze soğan, kibrit çöpü şeklinde doğranmış kırmızı biber ve çarliston biber katılır, kavrulur.

# Bütün malzemeler pişince bir gün önceden hazırlanmış pilav, tuz, karabiber, köri ilave edilir, pilav ısınana kadar pişirilir.

# Çukur kaselerde servis yapılır.

**Not:** Vog tava daha çok Asya ülkelerinde kullanılan, ortası çukur, 35 – 40 cm. çapında tavaya verilen isimdir.