



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇILAV GÖMLEKLİ PİLİÇ (İRAN)

1 adet baklava yufkası

Pilavı için:

1 bardak yasemin pirinç

2 corba kasığı zeytinyağı

1 tatlı kasığı tuz

1 bardak su

Pilici için:

2 adet piliç

1/2 su bardağı Sebze Karışımı

1 çorba kaşığı tuz

1/2 çorba kaşığı karabiber

2 çorba kaşığı tepelme dolu yağ (100 gram)

1 su bardağı esmer et suyu

Piliçin ayaklarını bağlayınız, içlerini ve dışlarını tuzlayıp biberleyip küçük bir kaba butlarının üzerine yerleştiriniz.

Yağını üzerlerine sürüp, ortadan hızlı hararete fırına koyunuz.

Zaman zaman fırından çıkarmadan kabındaki yağdan bir kaşıkla üzerlerine dökerek 15 dakika kızartıp öbür budunun üzerine yan yatırınız, aynı şekilde yağlayıp 15 dakika daha kızartınız.

Sonra sırtüstü yatırıp aynı şekilde 15 dakika daha kızartınız ve piliçleri tencereden çıkarınız.

Tencereye sebzeleri ilâve edip 2 dakika kavurunuz ve yağın süzünüz.

1 dakika kaynatıp Esmer Et Suyu'nu da ilâve ederek 2 dakika daha kaynattıktan sonra tekrar süzdürünüz.

Piliçleri ortadan yarıp kemiklerini ayırıp, üzerlerine biraz kızarmış tereyağı dökünüz.

Pilavı için; 1 su bardağı yasemin pirinç 1 su bardağı sıcak su 1 tatlı kasığı tuz ve 1 yemek kasığı zeytinyağı hepsini birlikte tencereye koyarak 20-25 dakika pişiriniz.

Pilici yufkaya ve çilava sarıp, orta hararetle fırında 8-10 dakika pişirip servis yapınız.