



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DÖVME PİLAVI (ISPARTA)

Isparta İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

2 Su Bardağı Dövme (Dövülmüş Buğday)
1 Çay Bardağı Nohut
4,5 Su Bardağı Su
500 gr Koyun Eti (Kemiksiz)
2 Tatlı Kaşığı Tuz
6 Çorba Kaşığı Tereyağı

Dövme ve nohut yıkanır, akşamdan su ile ayrı ayrı ıslatılır. Et kuşbaşıdan biraz daha irice doğranır, nohutla birlikte tencereye konulup, et ve nohut yumuşayıncaya değin yaklaşık 90 dakika pişirilir. Et suyuna sıcak su eklenerek 4,5 su bardağına tamamlanır, et-nohut karışımına eklenir, dövme ve tuz ilave edilerek, dövme yumuşayıp kabarcıncaya kadar 50-60 dakika pişirilir, üzerine eritilmiş yağ gezdirilir, 20 dakika dinlendirilir, servis tabağına alınarak, karabiber serpilip, servis yapılır.

