



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ NOHUTLU FİRİK PİLAVI (ŞANLIURFA)

Şanlıurfa Büyükşehir Belediyesi

300 gr kuşbaşı yağsız et
4 bardak su
1 su bardağı nohut
2 su bardağı firik
4 yemek kaşığı sadeyağ
2 çay kaşığı karabiber
Tuz

Et bir tencereye konularak su ilavesiyle pişirilir. Geceden ıslatılan nohut bir tencerede yumuşayınca kadar haşlanır. Yağ tencereye konulur, pişen etler içerisine atılıp pembeleşinceye kadar kavrulur, bir tabağa alınır. Tencerede kalan yağın içerisine ayıklanmış firik konulup kavrulur dört bardak et suyu ilave edilir. Su kaynayınca nohut, karabiber ve tuz ilave edilerek pişirilir. Demlenen firikler tabağa alınır, üzerine etler serilerek servis yapılır. Koruk salatası yada bostanayla yenilir.

