



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

FRANSIZ USULÜ ETLİ PİLAV

Sahrap Soysal

1-1,5 kg kuzu ön kol ya da but eti (kuşbaşı formunda doğranmış olmalı)
1 yemek kaşığı un
3 yemek kaşığı zeytinyağı + 30 gr tereyağı
1 adet orta boy kuru soğan (8-10 adet arpacık soğan da kullanabilirsiniz)
1 adet orta boy kereviz
1 adet orta boy havuç
3 diş sarımsak
1 çay kaşığı tuz, karabiber
4 çay kaşığı tatlı hardal
3 su bardağı sıcak su (et ya da tavuk bulyon atabilirsiniz)
Varsa 1-2 adet büyük boy narın taneleri

Kuşbaşı etin üzerine un serpip karıştırın.

Zeytinyağı ve tereyağını orta boy bir çelik tencerede ve orta ısıli ateşte kızdırın. Unlu eti tencereye koyup tahta bir kaşıkla sürekli karıştırarak 7-8 dakika kadar kızartın. Eti el kevgiriyle süzerek tencereden alın.

Yemeklik incecik doğradığınız soğanı ya da arpacık soğanları ve pirinç tanesi büyüklüğünde dilimlediğiniz sarımsakları aynı tencereye aktarıp orta ısıli ateşte 2-3 dakika kadar kavurun.

Rendelenmiş havucu rendelenmiş kerevizi ekleyip 2 dakika daha kavurun, tuz, karabiber ve hardalı da ilave edin.

Et ya da tavuk suyunu katıp önceden kavurduğunuz eti de ekleyin. Arada sırada karıştırarak kaynayınca kadar pişirin.

Kaynamaya başlayınca ocağın altını kısıp tencerenin kapağını kapatarak eti kısık ateşte en az 1 saat kadar pişirin.

İyice yumuşayıp suyunu çeken etin üzerine nar tanelerini serpiştirin. Sade pilav ya da haşlanmış basmati pirinciyle birlikte servise sunun.

Not: Bu yemeği kulplan fırına dayanıklı çelik bir tencerede, su ve şarabı ekledikten sonra üzerini alüminyum folyoyla kapatarak da pişirebilirsiniz. 180 dereceye ayarladığınız fırında en az 2 saat pişirdiğiniz etin daha lezzetli olduğunu göreceksiniz.