



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ACEM PİLAVI (İRAN)

3 Bardak pirinç
2 Soğan
1 Tavuk
4 Bardak tavuk suyu
1 Bardak nohut
3 Kaşık tereyağı
4 Havuç
Tuz
Karabiber
Yenibahar

Tavuk ve bir gece evvel ıslatılan nohut ayrı ayrı haşlanır. Tavuğun etleri didilir, bir kaşık yağda kıyılmış soğanla pembeleşinceye kadar pişirilir. Bir tencereye sırayla et, üstüne nohut üstüne haşlanmış rende havuç, onun üstüne de kaynar suda bir saat bekletilmiş pirinç konur. Tencerenin kenarından sıcak tavuk suyu dökülür, en üste de iki kaşık tereyağı konur, tencerenin kapağı kapanır, pilav pişene kadar (bir saat) ateşte bırakılır. Tencerenin üzerine tabak kapatılır, ters çevrilip sofraya götürülür.