



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PİLİÇ HAŞLAMA (DİYET)

1/2 piliç
1/2 kereviz
1/2 patates
1/2 havuç
1/2 soğan (küçük)
2 bardak su
Tuz

Piliç iyice temizlenmiş olarak, tamamını içine alacak su ile birlikte tencereye konur. İyice haşlanır. Sebzeler de ayrıca temizlenip bu tencereye konur. Ortalama 1 saat kadar kaynar suda bırakılmak suretiyle piliç haşlama hazırlanmış olur.

Not: Et sebzelerle birlikte ve suyu ile servis yapılır. Suyu ayrılıp yalnız sebze ve et olarak da verilir. Suyu çorba ya da lapa için ayrılabilir.