



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## SALATA YAPRAKLARI ÜSTÜNDE PİLİÇ (ÇİN)

600 g piliç göğsü (ince doğranmış)  
3 iri mantar (yıkayıp, kurulanmış)  
1 çorba kaşığı mısır nişastası  
2 çorba kaşığı sirke  
1/4 tatlı kaşığı tuz  
birkaç tane karabiber  
2 göbek salata  
3 çorba kaşığı ayçiçek yağı  
2 diş sarımsak (ince kıyılmış)  
2 taze soğan (ayıklanıp, ince doğranmış)  
250 g bambu kamışı (doğranmış; isteğe bağlı)  
60 g yağsız dana jambon (ince doğranmış)  
3 çorba kaşığı soya sosu  
2 tatlı kaşığı susamyağı

Mantarları sıcak su dolu bir kâseye koyup, 10 dakika bekletin. Bütün topraklarını bırakmaları için suyun içinde iyice çalkaladıktan sonra, 20 dakika daha bekletin. Sularını iyice süzdürdükten sonra, saplarını kesip atın.

Şapka bölümlerini ince doğrayıp, bir kenara bırakın.

Mısır nişastası ve sirkeyi bir salata kâsesinde karıştırıp, tuzu serptikten sonra, doğranmış piliç parçalarını katarak, iyice karıştırın ve bir kenarda en az 15 dakika bekletin.

Bu arada bir tavayı harlı ateşe oturtup, tane karabiberleri koyun ve yapışmamaları için tavayı sürekli oynatarak 3 - 4 dakika kavurun. Tavayı ateşten alıp, karabiberleri mutfak tezgâhına (ya da kesme tahtası üstüne) çıkararak, bir bıçağın sırtıyla ezin ve bir kenara bırakın.

Göbek salataların yapraklarını, parçalanmamalarına dikkat ederek ayırıp, en genişlerinden 12 yaprağı kenarlarını keskin bir bıçakla ya da mutfak makasıyla düzelterek aşağı yukarı aynı büyüklükte kâseler haline getirin ve bir kenara bırakın.

Bir tavayı harlı ateşe oturtup, kızdırdıktan sonra, ayçiçek yağının 2 çorba kaşığını koyun ve tavayı oynatarak, her yanının yağlanmasını sağlayın. Sonra kâsedeki piliç parçalarını koyup, pembemsi renklerini yitirinceye kadar (yaklaşık 2 - 3 dakika) karıştırarak sote edin. Tavayı ateşten alıp, piliç parçalarını delikli kaşıkla bir tabağa çıkarın.

Kalan 1 çorba kaşığı ayçiçek yağınını tavaya koyup, tavayı harlı ateşe oturtarak, yağı kızdırın. Yağ kızınca, sarımsaklar, taze soğanlar ve bambu parçalarını (isteğe bağlı) koyup, 2 dakika sote edin. Jambon parçaları, doğranmış mantarlar ve ezilmiş karabiberleri katıp, 1 dakika sote edin. Tabaktaki piliç parçalarını ekleyip, karıştırarak iyice ısıttıktan sonra, tavayı ateşten alın. Soya sosunu ve susam yağınını katıp, iyice karıştırın.

Göbek salata yapraklarını 6 düz tabağa 2'şer 2'şer yerleştirin. İçlerine kaşıkla tavadaki karışımı doldurduktan sonra, servis yapın.