



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİLAVLI VE GÖMLEKLİ KAVURMA (İRAN)

Pilavı:

500 gram İran pirinci, amberbu

3 çorba kaşığı tuz

3 litre et suyu (yoksa su)

200 gram tereyağı

Sarmak için:

1 adet hazır baklava yufkası

Eti:

1 çorba kaşığı yağ

1 kilo az yağlı koyun eti (kemiksiz but, böbrek yatağı veya kol)

2 adet soyulmuş küçük soğan

1/2 tatlı kaşığı tuz

1/2 çay kaşığı karabiber

1/2 tatlı kaşığı kekik

- 1) Etin sığabileceği küçük bir tencereye yağ koyup eritiniz.
- 2) Etleri ve soğanı ilâve edip tencerenin kapağını sıkıca kapayarak orta ateşe oturtunuz.
- 3) Zaman zaman karıştırarak et suyunu bırakıp kaynamaya başlayınca ağır ateşe alınız.
- 4) Yine, zaman zaman karıştırarak 1 saat 15 dakika pişirip içinden soğanları çıkarıp atınız.
- 5) Tuzunu, biberini ve kekiğini serpip 15 dakika daha aynı şekilde kavurunuz.
- 6) Pirinci 1 saat önce bol ılık ve tuzlu suda ıslayıp sonra 4 defa yıkayarak süzünüz.
- 7) Bir tencereye tuzu, et suyunu (veya suyu) koyup kaynatınız. Pirinci de ilâve edip kuvvetli ateşte 8 dakika kaynatıp süzgece boşaltınız.
- 8) Tereyağını kızartınız ve süzölmüş pirinci üzerine boşaltıp çatala bir kere karıştırıp tencerenin üzerine bir yağlı kâğıt, kâğıdın üzerine de kapağını kapatarak gayet ağır ateşte veya fırında 10 dakika demlendiriniz.
- 9) Bir küçük tepsinin veya payreks cam kabın içini yağlayıp yufkayı örtü gibi kenarlarından taşırarak içine yayıp pilavın yarısını içine boşaltınız.
- 10) Koyun etini dilimleyip pilavın üzerine diziniz.
- 11) Etin üzerine geri kalan pilavı yayıp kenarlardan taşan yufkalarla pilavın üstünü kapatarak üzerini yağlayınız.
- 12) Fırına sürüp altı ve üstü kızarıncaya kadar 15-20 dakika kızartıp, bir tevzi tabağına altüst ederek servis yapınız.