



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## FESLEĞENLİ KIŞNIŞLI KIZARMIŞ PİLAV

[www.asyagurme.com](http://www.asyagurme.com)

2 Su Bardağı Yasemin Pilavi, Önceden pişirilmiş  
200 Gram Tavuk Göğüs, Rondoda çekilmiş  
100 Gram Dana Kıyma  
1 Adet Kırmızı Acı Biber, Küp doğranmış  
2 Adet Yeşil Soğan, İnce dilimlenmiş  
½ Su Bardağı Taze Fesleğen, İnce kıyılmış  
½ Su Bardağı Taze Kişniş, İnce kıyılmış  
4 Diş Sarımsak, Ezilmiş  
2 Yemek Kaşığı Taze Zencefil Rendesini  
1 Yemek Kaşığı Balık Sosu  
2 Tatlı Kaşığı Soya Sosu  
1 Yemek Kaşığı Ayçiçek Yağı

Ayçiçek yağını wok tavada ısıtın. Sarımsak ezmesini, taze zencefil rendesini ve kırmızı biberleri ilave edip, aroması çıkana dek yaklaşık 1-2 dakika soteleyin. Ardından rondoda (doğrayıcı) çekilmiş tavukları ve kıymayı ilave edip, 3 dakika daha sotelemeye devam edin.

Önceden pişirdiğiniz 2 su bardağı yasemin pilavını wok tavaya ilave edin ve ısınana dek karıştırarak soteleyin. Son olarak soya sosunu, balık sosunu, ince dilimlenmiş yeşil soğanları, ince kıyılmış fesleğen ve kişnişi ilave edin. İyice karıştırıp, yemeği ocaktan alın.

ASYA  
• GURME •

