HAMSİLİ BULGUR PİLAVI (TRABZON)

Hamsi 1000 gram
Tuz 3 tatlı kaşığı
Soğan 2 orta boy
Domates 2 küçük boy
Yeşil sivri biber 6 orta boy
Zeytinyağı 3/4 su bardağı
Salça 1 yemek kaşığı
Duru Pilavlık Bulgur 2 su bardağı
Su 3 su bardağı
Kırmızı biber 1 tatlı kaşığı

Balıkların başı kopartılarak içi temizlenir, kılçıkları çıkarılır ve yıkanır. Süzgece alınıp bir tatlı kaşığı tuz serpilerek karıştırılır. Diğer tarafta soğanlar soyulur, yıkanır ve ince ince doğranır. Domates ve biberler yıkanır.Domatesler küçük küp şeklinde ,biberler ise halka şeklinde doğranır. Tencereye yağ, soğan ve yeşil biberler konur, soğanlar pembeleşinceye kadar kavrulur.Domates ilave edilip 3-4 dakika pişirilir,salça ve bulgur eklenerek karıştırılır, sıcak su dökülür,kaynayınca tuz ve kırmızıbiberilave edilerek önce orta,sonra hafif ateşte bulgur suyunu çekinceye kadar pişirilir. Cam fırın kabı yada kenarlı tepsi yağlanır,hamsilerin sırtları tepsiye gelecek şekilde tepsinin dibine ve kenarlarına dizilir. Pilav, balıkların üzerine döşenir. Pilavın üzeri,hamsilerin sırtı dışa gelecek şekilde kapatılır.Önceden ısıtılmış orta sıcaklıktaki fırında yaklaşık 25-30 dakika pişirilir. Servis tabağına ters çevrilerek sıcak olarak servis yapılır. (K.K.Usta)

NOT: Doğu Karadeniz Bölgesi yemeklerindendir. Tarif Trabzon'dan alınmıştır. Bazı yörelerde "İçli Tava" olarak da bilinmektedir. Hamsili Pilav çoğunlukla iç pilav ile yapılır.

© lezzetler.com tarif no:45723 • adı:Hamsili Bulgur Pilavı (Trabzon) • gönderen:Yemek Tarifleri • indirme tarihi:26.04.2024 - 21:01