



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HELİSE (KAHRAMANMARAŞ)

Kahramanmaraş Valiliği
Hacı Ali Özturan

2 su bardağı dövme (yarma)
150 g tavuk eti ya da siyah et
1 tatlı kasığı karabiber
Tuz

Etlere bir tencerede erime kıvamına dek haslanır.

Etlere tencereden alınır. Geride kalan et suyu 5 bardak olacak şekilde ayarlanır. Tuz atılarak kaynatılır.

Kaynayınca üzerine dövmeler konarak kapak kapatılır ve ölgün pisirilir.

Pisen pilavın içine, daha önce pisirilen tavuk eti ya da siyah et konur. Bir kepçe ya da ahsap bir kasığın ters tarafıyla etle pilav 10-15 dakika kadar öyle bir karıştırılır ve ezilir ki, bu karıştırmanın sonunda yarmalar iyice erir, etler pilavın içinde kaybolur, ya da lif lif olur.

Bu şekilde hazırlanan helisenin üzerine, tabaklara alındıktan sonra karabiber atılarak servis yapılır.



Fotoğraf "damat bey" tarafından gönderildi. 14.01.2020