



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## JAPON PİLAVI

Milli Eğitim Bakanlığı  
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi  
Ankara 2007

200 g tavuk eti  
500 g kısa beyaz pirinç  
750 ml su  
90 ml (4-5 yemek kaşığı) soya sosu  
50 g (1 orta boy havuç)  
5-6 adet mantar  
50-60 g bezelye  
3 adet yumurta  
1 yemek kaşığı margarin ve Mantarların veya tereyağı

Tavuk etlerini yıkayıp kuruladıktan sonra küp küp doğrayınız.  
Doğranmış tavuk etlerini 2 çorba kaşığı soya sosu ile marine ediniz.  
Pirinçleri nişastası gidinceye kadar 4-5 kez yıkayıp, süzünüz.  
Havucu yıkayıp, kazıyarak kibrit çöpü şeklinde doğrayınız.  
Mantarların sapını koparıp, soyarak ince ince dilimleyiniz.  
Yıkanmış, süzölmüş kısa pirinçleri soğuk su ve kalan soya sosu ile beraber derin bir tencereye koyunuz.  
Tavuk etlerini, havuç ve mantarları da ilave ederek karıştırmadan kapağını kaynatınız.  
Harlı ateşte bir taşım kaynattıktan sonra ateşi kısarak, karışımı 10 dakika pişiriniz.  
Kapağını açmadan 10 dakika demlendiriniz.  
Bu arada iç bezelyeleri üzerini örtecek kadar su ile küçük bir tencereye veya kastrole koyunuz.  
3 dakika kaynama derecesinde pişiriniz.  
Teker teker kırdığınız yumurtaları bir kasede çırpınız.  
Küçük bir tavaya yağınızı koyarak eritiniz.  
Yağ eriyince çırpılan yumurtaları ilave ediniz.  
Sürekli karıştırarak pişiriniz.  
Demlenen pilavın kapağını açarak pişen bezelyeleri ilave ederek karıştırınız.  
Pilavı çukur kaselere paylaşırınız.  
Pilavın üzerine pişmiş yumurtayı da paylaşırarak sıcak olarak servis yapınız.

Not: Her ulusun kültürünü yansıtan malzemelerle hazırlanan pilavlar ulusların mutfaklarında değişik isimler alırlar. Büyük zengin çeşide sahip pilavlar, yapan ustanın mahareti ile birleşince daha da değişecek ve güzelleşecektir. Her ulusun mutfağında pilavlar değişik isimlerle yer bulur.

