



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABİL PİLAVI (AFGANİSTAN)

4 çorba kaşığı margarin
1 kg kemikli koyun eti
6 su bardağı pirinç
4 adet büyük soğan
200 gr kuru üzüm
1/2 kg havuç
1 çay kaşığı karabiber
1 çorba kaşığı tuz

Soğanları kalınca rendeleyin, yağda koyu pembe olana dek kavurun. Etlere ilave edip, bir süre beraberce kavurun. Ardından sıcak su, tuz ve karabiberi ilave edip orta ateşte 30 dakika pişirin. Havuçları yarım parmak kalınlığında boylamasına kesip, yağda çevirerek kızartın, süzüp bir kenarda bekletin. Üzümleri çok az yağda hafifçe kavurun, süzüp bir yanda bekletin. Pirinçleri ayıklayıp, iyice yıkayın, süzüp pişmiş etin suyuna katın. Ezmeden ağır ağır karıştırın, demlenmeye bırakmadan önce bir kenarda beklettiğiniz havuç ve üzümleri kenarlara dizin. Çok hafif ateşte, yarım saat kadar demlendirin. Servis yapmadan önce üzerini havuç ve üzümlerle süsleyin.

