KARABUĞDAY PİLAVI

1.5 bardak kara buğday
3 bardak su
250 gram kuşbaşı et
1 tane kuru soğan
Yarım demet maydanoz
Yarım demet dereotu
2 kaşık tereyağı
1 kaşık tuz
Yarım çay bardağı sıvı yağ

Öncelikle tenceremize hiçbir şey koymadan karabuğdayları kuru kuru yaklaşık 10-15 dakika kavuruyoruz. Kavrulan karabuğdayları bir tabağa alıp kenara koyuyoruz. Tenceremize yağımızı koyup ısınmasını bekliyoruz. Bu pilav yağı kaldırabildiği için yağı normalden biraz daha fazla koymanızı tavsiye ederim. Isınan yağın içine etlerimizi atıp orta ateşte kavuruyoruz. Etlerimiz kavrulunca içine doğradığımız soğanı da ilave edip kavurmaya devam ediyoruz.
Soğanlar yumuşayınca ayıklayıp, doğradığımız dereotu ve maydanozu da ekleyip karıştırıyoruz. Daha sonra üzerine suyumuzu ve tuzumuzu koyup kaynamaya bırakıyoruz. Suyumuz kaynayınca karabuğdayları ekleyip karıştırıyor ve tencerenin kapağını kapatıyoruz. 2-3 dakika yüksek ateşte kaynadıktan sonra altını kısıp aynı pilav yapar gibi suyunu çekmesini bekliyoruz. Suyunu çekince pilavımızı karıştırıp dinlenmeye bırakıyoruz.



© lezzetler.com tarif no:105563 • adı:Karabuğday Pilavı • gönderen:Göksen • indirme tarihi:29.03.2024 - 17:48