KARAMELİZE ŞEFTALİ VE PİLAVLI SARMA

Malzeme:
4 adet tavuk göğüs eti
1 adet şeftali
Pilav için :
1 su bardağı pirinç
45 ml soya sosu
15 gram rendelenmiş taze zencefil
30 ml Altın Hasat Sızma Zeytinyağı
2 tatlı kaşığı kıyılmış maydanoz
1 adet soğan
2 adet taze soğan
Yarım su bardağı badem içi
Karabiber

Pirinci bol suyla yıkayıp süzün. Çukur bir kaba alıp 1 tatlı kaşığı tuz ilave edilmiş kaynar suda, su soğuyuncaya kadar bekletin. Bol suyla yıkayıp süzün. Derin kabın içinde soya sosu, zencefil ve sarımsağı karıştırıp 20 dakika bekletin. Pilav tenceresinde zeytinyağı ile kıyılmış soğanı kavurun. Kavrulmuş soğanların içine bademleri ekleyip birkaç dakika kavurun. Pirinci ekleyip 5 dakika daha kavurun. En son soya soslu karışım ve sıcak suyu (1 bardak) ekleyin. Bir taşım kaynayınca ateşi kısın ve suyunu çekene kadar pişirin. Ocaktan alıp kıyılmış maydanoz ve taze soğanları ilave edin. Ilınmaya bırakın. Tavuk etlerini et dövücüsü ile inceltin. Dilimlerin üzerine kaşık yardımıyla pirinçli karışımdan yayarak sarın ve kürdanla sabitleyin. Yapışmaz yüzeyli geniş bir tavada rulo tavuk etlerini kızartın. Fırın tepsisine çok ince bir tabaka halinde su dökün. Önceden ısıtılmış 180 dereceye ayarlı fırında 10 dakika kadar pişirin. Fırından alın. Karamelize şeftali için yapışmaz yüzeyli tavada dilimlenmiş şeftalileri tozşekerle karamelize oluncaya kadar hafifçe soteleyin. Tavuk sarmayı isteğe göre ikiye veya üç eşit parçaya kesip karamelize edilmiş şeftali dilimleriyle servis yapın.

© lezzetler.com tarif no:50011 • adı:Karamelize Şeftali ve Pilavlı Sarma • gönderen:Yemek Tarifleri • indirme tarihi:27.04.2024 - 19:34