



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## NAR TANELİ PİLİÇ İNCİK

8 adet Banvit Piliç İncik  
1 çorba kaşığı zerdeçal  
1 çorba kaşığı tatlı pul kırmızıbiber  
4 çorba kaşığı zeytinyağı  
1 adet nar (temizlenmiş)  
3 adet portakal (dilimlenmiş, iç zarlari temizlenmiş)  
1/2 adet limonun suyu  
1 çorba kaşığı nar ekşisi  
5 sap taze nane (yapraklanmış, ince kıyılmış)  
Tuz  
Acı pul kırmızı biber  
Tane karabiber

Zerdeçal, tatlı ve acı pul kırmızıbiberler, tuz ve karabiberi harmanlayın. Hafifçe karıştırarak, zeytinyağını. Baharatlı karışımı etlerin üzerine paylaşın ve hafifçe ovarak her taraflarına bulayın. Üzerlerini streç ile örtün ve en az 30 dak. veya bir gece buzdolabında dinlendirin. Kalın dipli ve yağsız tavayı ısıtıp, etleri yerleştirin. Hızlı ateşte, her iki yüzleri altın sarısı renk alınca kadar, yaklaşık 2'şer dak. pişirin. Ateşi kısın, tavaya kapak kapatın ve etler arzu ettiğiniz kıvama gelinceye kadar, yaklaşık 15-20 dak. pişirin. Narları ve portakal dilimlerini harmanlayın. Limon suyu ve nar ekşisini iyice çırpıp, narlı portakalların üzerine gezdirin ve karıştırın. Etleri, narlı portakal salatası ile ve üzerlerine nane serpererek servis yapın.

