



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PARMAK YEDİRTEN PİLAV

Malzemesi

500 gr kuşbaşı tavuk

1 su bardağı bulgur

1 adet soğan

2 adet domates

2 adet sivribiber

1 çay bardağı yeşil mercimek

1 su bardağı haşlanmış nohut

1 çorba kaşığı Tamek Domates Salçası

Tereyağ

Şehriye

Kekik

Karabiber

Tuz

2 su bardağı tavuk suyu

Kuşbaşı tavuğu haşlayın. Tereyağında şehriyeyi, soğanı, biberi, domatesi sırasıyla kavurun. Üzerine salçayı katıp kavurmaya devam ederken nohutu, mercimeği, haşlanmış tavuğu, baharatları, haşladığımız tavuğun suyunu koyup güzelce karıştırıp kapağını kapatın. Kısık ateşte pişirin ve servis yapın.