



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PEHLİ (TOKAT)

1,5 kilo kuzu kol veya kuzu but

2 orba kaşığı

Pınar Tereyağı

Tuz

Pilav için:

2 su bardađı baldo pirinç

2,5 su bardađı et suyu

100 gr Pınar Tereyağı

2 orba kaşığı zeytinyağı

Tuz

Tereyağını tavada eritin. Etleri çevirerek kızarttıktan sonra bir tencereye alın ve 3 bardak sıcak suyu etlerin üzerine dökün. Etler ocakta pişerken yarım saat sonra üzerine tuz ilave edin ve etler pişinceye kadar kaynatmaya devam edin. Pilav için, 2 su bardağı pirinci sıcak su ve tuz ile ıslatın. Pilavı pişireceğiniz tencereye, 2,5 su bardağı et suyu ekleyip kaynatın. Kaynayan suya, tuz ve 2 çorba kaşığı zeytinyağı ilave edin. Suda bekleyen pirinçleri yıkayıp szn ve kaynayan suya bırakın. Pilav suyunu çektikten sonra tencereyi ocaktan alın. Bir tavada, 100 gr tereyağını kızdırıp, pişmiş olan pilavın üzerine gezdirerek dkn. Pehli etile birlikte servis yapın.

