



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK DOLMASI

- 1 adet bütün tavuk
- Yarım limon suyu
- 1 orta boy soğan
- 2 su bardağı pirinç
- 2 su bardağından bir parmak eksik sıcak su
- 2 yemek kaşığı tereyağı
- 1 yemek kaşığı sıvıyağ
- 1 adet knor tavuk suyu
- 2 yemek kaşığı şamfıstığı
- 2 yemek kaşığı kuş üzümü
- Tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı yenibahar

Tavuğu tütsüledikten sonra bir güzel yıkayalım ce süzdürelim.

Tavuğu yarım limon suyu ve tuz ile iyice oarak, buzdolabında 30 dakika dinlendirelim.

Tavuğun içine tuz ve karabiber sürelim.

Pirinç suda ıslayıp 1 saat bekletelim.

Daha sonra nişastasız gidene kadar yıkayalım ve süzdürelim.

Çam fıstıklarını ayrı bir tavda pembeleşene kadar kavuralım.

İç pilav için; ince doğradığımız soğanları kavuralım.

Üzerine tereyağını ekleyelim.

Tereyağı eridikten sonra pirinç ilave edip kavuralım.

Daha sonra çam fıstık, tuz, karabiber, yenibahar, kuş üzümü ve tavuk suyunu ilave edip, karıştıralım.

En son olarak sıcak suyunu aktarıp, pirinçler biraz diri olacak şekilde pişirelim.

İç pilavınız 10-15 dakika dirlensin.

Hazırladığınız tavuğun içine pilavı aldığı kadar dolduralım.

Tavuğun her yerine sıvıyağ sürelim.

Önceden ısıtılmış 200 dereceli fırında tavuk kızarana kadar pişirelim.