



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK DOLMASI

Nedim Atilla

1 orta boy tavuk
250 gram tavuk veya kuzu ciğer
1 çay bardağı zeytinyağı
2 su bardağı pirinç
1 baş soğan
Yarım çay bardağı çam fıstığı
Yarım çay bardağı kuş üzümü
1 çorba kaşığı tarçın
1 tatlı kaşığı salça
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz

Bir tencerede küçük parçalar halinde ince kıyılmış soğanı yağda kavurun. Küçük küçük doğranmış ciğerleri, ardından . da çam fıstığını katıp bir süre daha kavurun. Yanm saat ılık suda 1 beklettiğiniz pirincin suyunu süzerek tencereye koyun. Tuz, karabiber, tarçın ve kuş üzümünü de kattıktan sonra iki su bardağı kaynar su ekleyip kısık ateşte pişirin. Hazırladığınız iç pilavı iyice temizlenmiş tavuğun içine doldurulup açık bölümü diki. Tencereye alıp üzerini örtecek kadar su ilave edin. Suyu kaynadıktan sonra kısık ateşte 45 dakika pişirin. Tencereden alıp suyunu süzerek fırın tepsisine koyun. 1 çorba kaşığı zeytinyağı ve salçadan yapılmış sosu tavuğun üzerine sürerek fırında, 150-160 derece ısıda 15-20 dakika kızarıncaya kadar pişirin. Kızarmış tavuğu fırından çıkartın ve tabağa iç pilav üzerine tavuk parçalarını alarak sıcak servis yapın.

Not: Tavuk dolması suda haşlanmadan doğrudan fırında 1 saatte de pişirilebilir.

[ML® Hindi Dolması için tıklayın](#)