



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İÇ PİLAVLI TAVUK DOLMASI

1 adet pilıç
300 gr pirinç
1 yemek kaşığı kuş üzümü
1 yemek kaşığı çam fıstığı
1 adet orta boy soğan
1 yemek kaşığı sıvı yağ

Derin bir tencerede bir çay kaşığı sıvı yağını kızdırın. Doğramış olduğunuz soğanları yağda bir süre kavurun. Daha sonra, fıstık ve bir kaşığ tereyağını kavurduğunuz soğanların içersine ilave edin. Temizleyip yıkamış olduğunuz pirinçleri de bu karışımaya ekleyerek, kavurmaya devam edin. Harcın içine son olarak kuş üzümü, tuz ve karabiber ekleyin. Kavurma işlemi bittikten sonra yıkamış olduğunuz bütün pilicin içini bu karışımaya doldurup, fırın ipiyle ayaklarını bağlayın. İçini doldurduğunuz pilici fırın poşetine koyduktan sonra tepsiye yerleştirin. 200 C derecede önceden ısıtmış olduğunuz fırında 1,5 saat pişirin. Sıcak olarak servis yapın.