



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## TAVUK DOLMASI

1 adet küçük tavuk  
500 g pirinç  
2 adet kuru soğan  
1 çorba kaşığı çam fıstığı  
1 çorba kaşığı kuş üzümü  
250 g tavuk ciğeri  
6 sap dereotu  
125 g tereyağı ya da 1/2 paket margarin  
1/2 çay kaşığı karabiber  
1/2 çay kaşığı yenibahar  
1/2 çay kaşığı tarçın  
1/2 çay kaşığı tuz

İç pilavı için; tencerede 1 kaşık yağ koyup kızdırınız.  
Fıstık ilavesiyle birkaç kez çevrildikten sonra, ince kıyılmış soğan ilave ediniz.  
İnce doğranmış ciğeri ekleyip kavurunuz.  
İnce kıyılmış domates ilave edip karıştırınız.  
Et suyu, baharat ve tuzla birkaç taşım kaynatınız.  
Ayrı bir tencerede yağ kızdırıp, pirinç ekleyiniz.  
Kavurduktan sonra ciğerli sulu harcı ilave ediniz.  
Kapak kapatıp kısık ateşte pişiriniz.  
Üzerine kağıt havlu kapatarak 20 dakika kadar çok kısık ateşte demlendiriniz.  
Tavuğu, kuru soğan, tuz ve yeterince suyla haşlayınız.  
Tavuğu parçalamadan dikkatle ve kısa süreli ve kısık ateşte haşlayınız.  
Tavuğun içini pilavla doldurarak bağlayınız.  
Üzerine salçalı su sürünüz.  
Önceden ısıtılmış fırında kızarıncaya kadar pişiriniz.  
Sıcak servis yapınız.

