



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## TAVUKLU İÇ PİLAV

Tavuğu marine etmek için:

1 adet bütün tavuk

Yarım çay bardağı sızma zeytinyağı

2 yemek kaşığı yoğurt

1 tatlı kaşığı domates salçası

1 çay kaşığı karabiber

Yeterince tuz

1 çay kaşığı kekik

1 çay kaşığı fesleğen

1 çay kaşığı kırmızı pul biber

1 çay kaşığı fesleğen

1 adet limon

1 adet fırın torbası

İç pilav için:

2 su bardağı pilavlık pirinç

2 su bardağı tavuk suyu

2 yemek kaşığı tereyağı

1 adet orta boy kuru soğan

1 çay kaşığı karabiber

1 çay kaşığı yeni bahar

Yarım çay kaşığı toz tarçın

1 çay kaşığı nane

1 yemek kaşığı kuş üzümü

1 yemek kaşığı çam fıstığı

Yeterince tuz

Önce tavuğu limon suyu ve tuzla iyice ovun. Tavuk bu şekilde yarım saat kadar beklesin. Bu sırada tavuğu marine etmek için, bütün malzemeleri iyice karıştırın. Bunu tavuğun her tarafına sürün. Bu şekilde tavuğu 1-2 saat bekletin. Bunu bir gece önceden bile yapabilirsiniz. Bu şekilde piştiğinde tavuk daha lezzetli olacaktır. Şimdi iç pilavını hazırlamaya başlayalım. Pirinçleri yıkayarak tuzlu ve ılık suda bekletelim. Kuş üzümünü ılık suya koyalım. Kuru soğanı ince doğrayarak, tencerede çam fıstıkları ve tereyağı ile birlikte kavuralım. Sonra pirinçleri içine atarak kavurmaya devam edelim. Pirinçler mat beyaz renge gelene kadar kavuralım. Üzerine baharatları, kuş üzümünü, tuzu ve tavuk suyunu ilave edelim. Tavuk suyunun hepsini koymayın. Pilavımız biraz diri kalsın. Tavukla birlikte yine pişeceği için, kıvamının denk gelmesi gerekiyor. İki bardak tavuk suyunun yarısını ilave etmeniz yeterli olur. Ocağın altını kısarak, pilavın suyunu çekmesini bekleyelim. Pilav biraz soğuduktan sonra, uygun bir tepsinin içinde tavuğun içini iç pilavla doldurun. Tavuğu pişirme torbasına koyun. Pilavın kalanını tavuğun etrafına koyun. Kalan tavuk suyunu içine koyun. Birazını tavuğun içine, bir kısmını etrafına koyun. 200 derecede ısıttığınız fırında 1,5-2 saat kadar tavuklu iç pilavı pişirin. Piştikten sonra uygun bir servis tabağına tavuğu ve etrafına iç pilavı yerleştirerek ikram edebilirsiniz.



---

© lezzetler.com tarif no:179462 • adı:Tavuklu İ Pilav • gönderen:dolu • indirme tarihi:01.04.2025 - 14:57