



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## TAVUKLU PİLAV

2 parça tavuk göğsü  
2 su bardağı pirinç  
1 su bardağı haşlanmış nohut  
4 yemek kaşığı sıvı yağ  
Tuz

Tavuk göğsü düdüklü tencereye alınır üzerini geçecek kadar su konur, düdüklü tencere ateşe oturtulur. Pim çıktıktan sonra 25 dakika pişirilir.

Tavuk etleri suyundan alınarak didiklenir.

Pirinçler bir süre sıcak suda bekletilir.

Tencereye sıvıyağ alınır, biraz ısınınca üzerine süzölmüş pirinç eklenerek birkaç dakika kavrulur.

Pirincin üzerini iki parmak geçecek kadar tavuk suyu ilave edilir, tavuk suyu yetmezse su ile tamamlanır.

Tuz ve haşlanmış nohut eklenir. Tencerenin kapağı kapatılarak suyunu çekene kadar pişirilir.

Ocak kapatılır, pilav bir süre demlendirilir.

Servis için, bir kaseyin dibine bir miktar didiklenmiş tavuk eti konur.

Üzerine nohutlu pilav konup biraz bastırılır.

Kase, tabağa ters çevrilerek servis edilir.

