



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU TEL ŞEHİRİYE PİLAVI

600 gram tel şehriye
1/4 litre et suyu
125 gram yağ
2 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı köri tozu
1 baş soğan
600 gram tavuk eti
1 tane defne yaprağı
1 demet maydanoz
1 tatlı kaşığı tuz, karabiber

Sarımsakları ezin. Yağ ile birlikte bir tencereye koyup ateşe oturtun. Sarımsak kızarmaya başlayınca, yağsız ve küp şeklinde küçük parçalara bölünmüş beyaz tavuk etini tencereye atın. Tavuk etlerini kısa bir süre kızartın. Tuz ve karabiber serpin. Et suyunu ekleyin ve yaklaşık on beş dakika pişirin. İçine defne yaprağını, maydanozu, tuzu, biberi atın. Bir kepçe et suyunun içinde köri tozunu eritin. Tavuk etlerinin üzerine dökün. Harlı ateşte suyu azalınca kadar kaynatın. Isıya dayanıklı ve kenarları yüksek bir tabağa ince kıyılmış soğan ve yağı koyun. Çok hafif ateşte yağın erimesini sağlayın. Soğan pembeleşince üstüne şehriyeyi boşaltıp iyice karıştırın. Kısa bir süre kendi haline bırakın. Sonra kaynamış et suyunu üzerine boşaltın. Kaynamaya bırakın. Tabağın üzerini alüminyum kâğıtla örterek fırına sürün ve on beş dakika tutun. Fırından çıkarınca büyük ve çukur bir servis tabağına aktarın. Üzerine yağı koyun ve bir çatalın ucuyla şehriye tanelerini birbirinden ayırın. Hazırladığınız tavuk etlerini şehriye pilavının üzerine koyun.

