



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZARDA PALAN (AFGANİSTAN)

<https://www.lezzetsirri.com>

Portakallı ve Tavuklu Pilav

1 kg. iri parça tavuk göğüs eti
2 su bardağı Basmati pirinç veya uzun taneli pirinç
75 gr. posası alınmış tereyağı
1/2 su bardağı kıyılmış badem (kabukları çıkarılmış)
1 su bardağı toz şeker
1 baş soğan
1/2 tatlı kaşığı safran
1/4 su bardağı şam fıstığı (kabukları çıkarılmış)
2 portakal
karabiber
tuz

Portakalların kabuklarını soyun ve çok ince, 3 cm. uzunluğunda kesin. Küçük bir tencerede kaynatmış suya atıp 5 dakika kadar kaynatın. Daha sonra süzüp soğuk sudan geçirin ve bir kenara bırakın. 1 su bardağı kaynayan suda şekeri eritin ve içine portakal kabuklarını atın. 5 dakika daha, şurup koyulaşmaya kadar birlikte kaynatın. Daha sonra ateşten alın. Tavada tereyağının üçte birini kızdırın ve içine kabuklarını çıkartıp ince dilimler halinde doğradığınız bademleri atın. Bademler altın rengi alıncaya kadar orta ateşte kavurup kevgirle bir tabağa çıkarın. Tavaya biraz daha tereyağı ekleyerek kızdırın ve içinde tavuk etlerini çevirerek altın rengi alıncaya kadar kızanın. Kızarmış tavukları tavadan çıkarın ve tuz karabiber ekin. Bu arada tavada kalan yağ atmayın. Soğanı soyun ve ince yuvarlak halkalar halinde doğrayın. Tavada tavuklardan kalan yağ atıp, orta ateşte yakmadan biraz kahverengi oluncaya kadar 8 dakika kavurun. 1 su bardağı sıcak suyu soğanların üzerine ilave edin ve kaynatın. Su hafif kahverengi bir renk alınca içine tavuk etlerini koyun ve bir kapakla kapatarak 20 dakika hafif hafif kaynatarak pişirin. 8 su bardağı suyu büyük bir tencerede kaynatın ve içine yıkanmış pirinci ve 1 çorba kaşığı tuzu atın. Kaynamaya başladıktan sonra 15 dakika daha kaynatın. Daha sonra pirinci süzün ve tekrar tencereye koyun. İçinde portakal kabuklarını kaynatmış şuruptan portakal kabuklarını çıkarıp bir tabağa alın. Kalan şurubu pirincin üzerine dökün ve karıştırın. Daha sonra derin bir fırın kabını yağlayıp içine pirincin yarısını dökerek bir kaşıkla yayın. Pişmiş tavuk parçalarını ve soğanları pirincin üzerine dizin. Tavuğun pişme suyunun yarısını üzerine dökün. Kavrulmuş bademlerin ve portakal kabuklarının yarısını etlerin üzerine serpin. Kalan pirinci tavukların üzerine yayın. Kalan tavuk suyunu ve 2 çorba kaşığı sıcak suda erittiğiniz safranı da üzerine dökün ve fırın kabını bir kapakla veya alüminyum kağıtla kapatarak 150 derecede kızdırılmış fırında 40 dakika kadar pişirin. Pilav piştikten sonra, üstteki pilavı bir servis kabının dibine serin. Pilavın çepeçevre etrafına tavuk parçalarını dizin. Dipte kalan pilavı tavuk parçalarının orta kısmına yani servis kabının ortasına tepelime koyun, üzerine fıstıkları, kalan portakal kabuklarını ve bademleri serpererek hemen sıcak sıcak servis yapın.

Not: Afgan halkı da, Pakistanlılar gibi kına gecelerinde "Zarda Palau" hazırlarlar ve erkek evinden gelen konuklara ikram ederler.