



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütəvazi Lezzətlər® Azərəcə Yemək Tərifi

Sade Plov

Sade Pilav



2 Su stəkani düyü
1 Şorba qaşığı kərəyağı
4 Şorba qaşığı duru yağ
4 Su stəkani su ya da ət suyu
1 Şiriniyyat qaşığı duz

- # Qazana kərəyağı, duru yağ, ət suyu və duz qoyular, qaynamağa buraxılar.
- # Bu vaxt düyü ayırd ediyər, suda gözlətmədən, nişastası gedənə qədər bol suda yuyunur, süzəcə çıxarılar.
- # Qaynayan suya süzölmüş düyü buraxılar, qarışdırılar, qazanın qapağı bağlanılar.
- # Plov əvvəl orta atəşdə 5 dəqiqə, sonra çox batıq atəşdə 15 dəqiqə olmaq üzrə 20 dəqiqə bişirilər.
- # Qazanla qapaq arasına əmici bir kağız yerləşdirilər, yarım saat dinləndirilər.
- # Müddət sonunda düyüləri əzmədən bir dəfə qarışdırılar, isladılmış kasaya yüngül basdıraraq yerləşdirilər, xidmət qabına tərs çevrilər.

Not: Bu tərz hazırlanan plova "salma sadə plov" deyilir. Əgər düyü qovrulduqdan sonra suyu verilsə "qovurma sadə plov" adını alar.