



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

## Mengen Plovu

Mengen Pilavı



2 Su stəkanı düyü  
2 Ədəd iti bibər  
2 Ədəd pomidor  
10 Ədəd orta boy göbələk  
4 Ədəd təzə soğan  
1 Çorba qaşığı kərəyağı  
5 Çorba qaşığı duru yağ  
2,5 Su stəkanı ət suyu  
2 Şirinyyat qaşığı duz  
Yarım şirinyyat qaşığı qara bibər

- # Düyü, içərisində bol miqdarda isti su, duz, bir neçə damla limon suyu olan dərin bir qabda ən az yarım saat gözlədilər.
- # Bu vaxt tərəvəzlər hazırlanar, bibərlərin toxumları çıxarılır, incə doğranar. Pomidorların qabıqları soyular, küp şəklində doğranar. Təzə soğan təmizləner, ağı və yaşılı ayrı-ayrı qyılar. Qaralmaması üçün ən son göbələk incə doğranar.
- # Qazana duru yağ və kərəyağı qoyular. Orta atəşdə istiləncə bibər, soğanın ağı qisimi və göbələk atılar. Göbələk sulanan qədər, qovrulur.
- # Üzərinə suda gözlədikdən sonra bol suda yuyunmuş, süzölmüş düyü, təzə soğanın yaşıl qisimi əlavə olunur.
- # Harlı atəşdə düyü şəffaflaşana qədər qırmadan qovrulur.
- # Daha sonra duz, qara bibər və pomidor qatılar, bir neçə dəfə çevrilər.
- # Ən son ət suyu qatılar, qazanın qapağı bağlanılır. Əvvəl orta, sonra batıq atəşdə 20 dəqiqə bişirilər.
- # Müddət sonunda qazan ilə qapaq arasına əmici bir bez yerləşdirilər, yarım saat dinləndirilər. İsti olaraq xidmət edilər.

**Not:** Mengen plovu ənənəvi bir tərifdir. Orijinalında 3 çorba qaşığı kərəyağı istifadə edilər, maye yağa yer verilməz.