



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

Fıstıqlı Plov

Fıstıklı Pilav



2 Su stəkani düyü
1 Çay stəkani Püstə
1 Ədəd iri kök
8 Çorba qaşığı duru yağ
1,5 Şiriniyyat qaşığı duz
3 Su stəkani su ya daət suyu

- # Düyü, üzərinə örtəcək qədər duzlu, isti suya isladılar, yarım saat gözlədilər. Bu vaxt Antep fıstıqlarının iç qisimləri qaynar isti suda 4 - 5 dəqiqə gözlədilər, incə qabıqları çəkərək çıxardılar.
- # Bir qazana duru yağ qoyular, orta atəşdə istilənincə soyulmuş fıstıqlar atılar, 1 - 2 dəqiqə qovurduqdan sonra rəndənin qalın kənarı ilə rəndələnmiş kök qatılar.
- # Kök və fıstıq birlikdə yer kökün suyu gedənə qədər qovrular. Üzərinə suda gözlənmiş, yuyunmuş düyü və duz qoyular. Düyü şəffaf bir görünüş sahəyə qədər qovrular.
- # Ən son 3 su stəkani soyuq ət suyu ya da su əlavə edilər, qarışdırılar, qazanın qapağı bağlanılar.
- # Plov əvvəl orta atəşdə 10 dəqiqə sonra batıq atəşdə 10 dəqiqə olmaq üzrə 20 dəqiqə bişirilər, atəşdən alınar.
- # Dərhal qazan ilə qapaq arasına əmici bir kağız ya da təmiz bir bez örtülər, ən az yarım saat dinləndirilər.
- # Xidmət ediləcəyi zaman kasa bir az isladılar, dinlənmiş, qırmadan qarışdırılmış plov kasaya yüngül basdıraraq yerləşdirilər. Düz bir qaba tərs çevrilər.

Not: Dünyada istehlak edilən Püstənin %80'i böyük nisbətə Qaziantəp bölgəsi olmaq üzrə Türkiyədə çıxarılar.